Niveau(x) d'enseignement: 4 Numéro EDUQ : 8270934
Centre d'intérêt: 240

Hôtel-Dieu de Montmagny (Québec) Département de santé communautaire.

Etude portant sur les habitudes alimentaires des étudiants de niveau secondaire de la C.S.R.P.T. / réalisé par [le] Département de santé communautaire de l'Hôtel-Dieu de Montmagny. -- Montmagny : Le Département, 1976.
93, [13] f. : graph. ; 28 cm.

Notes bibliogr. à la fin des pties.

Cote Dewey: 373.1716'09714/H832e Cote LC: LB/3479/.C38

Descripteur(s): *Alimentation *Cafétéria *Questionnaire *Secondaire (Niveau)

Identificateur(s) de nom: *Commission scolaire régionale Pascal-Taché (Montmagny, Québec)

Identificateur(s) de sujet: *Habitudes alimentaires

Réalisée par le Département de santé communautaire de Montmagny, l'étude a pour objectif: 1. d'identifier les facteurs de risques (socio-culturels) inhérents à l'éclosion du phénomène de malnutrition chez les étudiants du secondaire; 2. de mesurer certaines attitudes et d'évaluer le niveau de connaissance des étudiants en rapport avec l'alimentation et la santé en général; 3. de mettre en relation les attitudes, les connaissances et les coutumes alimentaires avec les principales variables démographiques.

L'enquête a été entreprise en mai 1975 auprès des étudiants de quatre écoles secondaires de la commission scolaire régionale Pascal-Taché. Au total, 1315 étudiants des trois premières années du secondaire ont été appelés à remplir le questionnaire d'enquête (reproduit en annexe).

Parmi les facteurs les mieux reliées aux structures qualitatives et quantitatives des repas, il faut mentionner le sexe du répondant, le niveau de sédentarité, le lieu de résidence et l'intérêt que porte l'étudiant à l'alimentation.

Type de document: r
Région(s) administrative(s): 03
Auteur de l'analyse: ar

ETUDE PORTANT SUR LES HABITUDES ALIMENTAIRES DES ETUDIANTS DE NIVEAU SECONDAIRE DE LA C.S.R.P.T.

REALISEE PAR

Département de santé communautaire de

L'Hôtel-Dieu de Montmagny.

JANVIER 1976

EDUQ 8270934

ETUDE PORTANT SUR LES HABITUDES ALIMENTAIRES DES ETUDIANTS DE NIVEAU SECONDAIRE DE LA C.S.R.P.T.

REALISEE PAR

Département de santé communautaire de
L'Hôtel-Dieu de Montmagny.

JANVIER 1976

TABLE DES MATIERES

- LISTE DES TABLEAUX 1
- LISTE DES FIGURES 2
- AVANT-PROPOS 3
- INTRODUCTION 5

PREMIERE PARTIE

CONCEPTION ET STRATEGIE D'ANALYSE 8

CHAPITRE 1. ETAT DES CONNAISSANCE ET OBJECTIFS DE L'ETUDE 10

CHAPITRE 2. ORIENTATION METHODOLOGIQUE ET TECHNIQUE D'ANALYSE 14

2.1 L'ECHANTILLONNAGE 15

2.1.1 Univers d'enquête 15
2.1.2 Procédure générale de sélection 17
2.1.3 Etape de la pré-enquête 19

2.2 COMPILATION ET ANALYSE DES RESULTATS . 20

CHAPITRE 3. SYNTHESE DESCRIPTIVE DES ECHANTILLONS DIMENSION SOCIO-DEMOGRAPHIQUE 23

FIGURE 1. Age 25
FIGURE 2. Sexe 26
FIGURE 3. Lieu de résidence de l'étudiant 27
FIGURE 4. Occupation du père (ou tuteur) 28
FIGURE 5. Taille de la famille (parents inclus) . 32
FIGURE 6. Modalités de travail de la mère 34

BIBLIOGRAPHIE DE LA PREMIERE PARTIE 36

DEUXIEME PARTIE

ANALYSE DE QUELQUES ELEMENTS DE DEFINITION DU COMPORTEMENT ALIMENTAIRE DE L'ETUDIANT DE NIVEAU SECONDAIRE (I-II-III) 38

CHAPITRE 4. LE DEJEUNER 41

INTRODUCTION

4.1 FREQUENCE DES DEJEUNERS 43

4.2 DIMENSION QUALITATIVE DU DEJEUNER

4.2.1 Quelques notes explicatives sur la codification du contenu alimentaire .. 45

4.2.2 Analyse du contenu alimentaire des déjeuners des étudiants qui disent avoir une coutume quotidienne de déjeuner 49

4.3 MOBILES EVOQUES POUR NE PAS DEJEUNER . 53

4.4 LIEU DU DEJEUNER 55

CHAPITRE 5. LE DINER 57

INTRODUCTION

5.1 FREQUENCE DES DINERS 59

5.2 DIMENSION QUALITATIVE DU DINER 61

5.3 CADRE PHYSIQUE DU DINER 64

5.4 FREQUENCE RELATIVE D'UTILISATION DE LA CAFETERIA 66

CHAPITRE 6. LES COLLATIONS 69

INTRODUCTION

6.1 FREQUENCE DES COLLATIONS 73

6.2 MODALITES DES COLLATIONS 73

6.3 CONTENU ALIMENTAIRE DETAILLE DES COLLATIONS 73

CHAPITRE 7. SYNTHESE
AU DELA DES DONNEES DESCRIPTIVES: LES FACTEURS D'INFLUENCE DES MODELES DE CONSOMMATION ALIMENTAIRE.
INTRODUCTION 76
7.1 PERTINENCE DE QUELQUES FACTEURS D'INFLUENCE 77
- le sexe 78
- le niveau de sédentarité 78
- le lieu de résidence 79
- l'heure du lever 80
- l'intérêt pour l'alimentation 80
7.2 RETROSPECTIVE ET CONSTATATIONS GENERALES 82
7.2.1 Dans l'ensemble 82
7.2.2 Certaines particularités de comportement caractérisent certaines régions . 84

BIBLIOGRAPHIE DE LA DEUXIEME PARTIE 85

RECOMMANDATIONS 87

ANNEXE 1 RESULTATS DU QUESTIONNAIRE SUR LES HABITUDES ALIMENTAIRES DES ETUDIANTS DE LA COMMISSION REGIONALE PASCAL TACHE 94

LISTE DES TABLEAUX

Tableau 4.1 : Fréquence des déjeuners selon l'école 41

Tableau 4.2.2 : Contenu alimentaire des déjeuners pour les étudiants qui disent avoir une coutume quotidienne de déjeuner 46

Tableau 4.2.3 : Schéma synthèse du déjeuner 50

Tableau 4.3 : Mobiles évoqués pour ne pas déjeuner 51

Tableau 4.4 : Endroit où l'étudiant prend son déjeuner .. 53

Tableau 5.1 : Fréquence des diners selon l'école 57

Tableau 5.2 : Contenu alimentaire du diner 59

Tableau 5.3 : Cadre physique du diner 62

Tableau 5.4 : Fréquence relative d'utilisation de la cafétéria 64

Tableau 6.1 : Fréquence des collations selon l'école ... 69

Tableau 6.2 : Modalité des collations 70

Tableau 6.3 : Contenu alimentaire détaillé des collations 71

LISTE DES FIGURES

Figure 1 : Age 25

Figure 2 : Sexe 26

Figure 3 : Lieu de résidence 27

Figure 4 : Occupation du père (ou tuteur) 28

Figure 5 : Taille de la famille (incluant les parents ... 31

Figure 6 : Modalités de travail de la mère 33

AVANT-PROPOS

Nous désirons remercier la Commission Scolaire Régionale Pascal-Taché qui, par l'entremise de son directeur du service aux étudiants, Monsieur Magella Webster, nous a permis d'entreprendre cette recherche dans quatre des écoles de son territoire. Cette collaboration fait preuve de l'intérêt profond des responsables de la C.S.R.P.T. pour la santé de ses étudiants. Nous les remercions de plus pour l'estime et la confiance qu'ils nous ont manifestées ainsi que de l'appui tangible qu'ils nous ont constamment accordé tout au long de notre travail.

Nos remerciements vont à Soeur Imelda Soucy, principale de l'école secondaire Bon-Pasteur de l'Islet-sur-Mer, à Monsieur Donald Brisson, principal de la polyvalente Louis-Jacques Casault de Montmagny à, Monsieur Yvon Blanchette, principal de la polyvalente de St-Pamphile et à Monsieur Bernard Baillargeon, principal de l'école polyvalente de St-Paul, pour l'attention qu'ils ont démontrée dans toutes nos relations.

Monsieur Claude Gauvin, responsable de l'informatique à la C.S.R.P.T. et son assistant Monsieur Jacques Pelletier, malgré leurs nombreuses occupations, ont toujours répondu avec beaucoup d'exactitude à nos nombreuses demandes de consultations et nous les en remercions.

Nous voulons souligner la contribution spécifique de chacun des membres de l'équipe d'infirmières du secteur scolaire du D.S.C. de Montmagny, Madame Yvette Lavallée (L'Islet), Madame Cécile Quimper (St-Paul), Madame Ernie Larose (St-Pamphile) et Madame Jocelyne Nadeau (Montmagny). Elles ont participé aux premières phases du travail de recherche, plus spécifiquement au moment de la construction du questionnaire, de la cueillette des données en plus de nous alimenter d'informations judicieuses sur les modalités d'analyse.

Nous apprécions le concours discret et efficace de Madame Marie Canuel, qui a transcrit le présent rapport, ainsi que la multitude de notes manuscrites qui ont précédé cette rédaction définitive.

Nous adressons un remerciement spécial à tous les étudiants qui se sont prêtés si amicalement à cette enquête.

D.S.C. de Montmagny

par: Marc Coulombe (nutritionniste)
André Marois (agent de recherche)

INTRODUCTION

En mai 1975, le Département de Santé Communautaire de Montmagny entreprit de faire une étude exploratoire sur les habitudes alimentaires des étudiants de niveau secondaire (I-II-III) de la C.S.R.P.T. en s'inspirant de l'enquête alimentaire réalisée par le Ministère des Affaires Sociales en 1972*. C'est en décembre de la même année que nous avons finalisé le présent texte officiel.

Ce rapport décrit certains aspects de l'alimentation des étudiants et expose quelques résultats relatifs à l'information sur l'alimentation. A ce sujet, nous avons remarqué que plusieurs points sont susceptibles de répondre à des questions que se posent maintes gens engagés dans l'action préventive ou simplement désireux d'en connaître davantage sur le phénomène de la malnutrition en milieu scolaire.

Les trois premiers chapîtres de cette étude explique la problématique d'ensemble et la méthodologie employée dans notre enquête. Les chapîtres 4,5,6 concernent les modèles effectifs d'alimentation selon les repas.

---

* Enquête alimentaire en milieu scolaire au Québec. (Niveau secondaire), Fédération des commissions scolaires catholiques du Québec, Ministère des Affaires Sociales, Québec, mai 1972.

Enfin, le dernier chapître résume les chapîtres précédents, et élucide certains modèles de consommation alimentaire en relation avec plusieurs facteurs de variation socio-culturels.

Il est très clair dans l'esprit des auteurs de cette étude que le fait de fournir aux gens d'action une quantité énorme de statistiques n'est pas suffisant pour corriger une situation sanitaire déficiente. Cependant, nous croyons fermement que les résultats que nous vous présentons dans ce rapport d'enquête , pourront servir de base de travail aux personnes travaillant en santé scolaire.

L'utilisation de nos données pour des études plus spécifiques et plus détaillées s'avérera certes une source d'information plus adéquate et plus pragmatique. Les résultats de cette investigation n'auront de valeur que par l'utilisation que nous en ferons.

Vous trouverez en annexe à ce rapport les résultats complets au questionnaire sur les Habitudes alimentaires des étudiants de la Commission Scolaire Régionale Pascal-Taché.

PREMIERE PARTIE

CONCEPTION ET STRATEGIE D'ANALYSE

PREMIERE PARTIE

CONCEPTION ET STRATEGIE D'ANALYSE

ORIENTATION GENERALE

Avant d'entamer l'étude proprement dite des modèles de consommation alimentaire, il nous semble à propos d'effectuer une description très factuelle de notre enquête, de son évolution depuis son origine jusqu'à la rédaction du rapport final.

En plus d'y définir notre problématique d'ensemble, nous nous attarderons principalement à la description des différentes étapes techniques de notre étude ainsi qu'à l'analyse des problèmes afférents à la conduite de notre investigation.

CHAPITRE I

ETAT DES CONNAISSANCES ET OBJECTIFS DE L'ETUDE

CHAPITRE I

ETAT DES CONNAISSANCES ET OBJECTIFS DE L'ETUDE

Une incursion analytique de la littérature nous révèle une carence presque totale de données objectives concernant les modèles de consommation alimentaire des étudiants de niveau secondaire, habitant des communautés semi-urbaines ou rurales. Nous avons cru profitable pour notre milieu de réaliser cette étude sur les habitudes alimentaires des étudiants afin de doter les personnes, qui oeuvrent en santé communautaire, d'un outil de travail pouvant servir de base opérationnelle à l'élaboration de programme d'hygiène alimentaire dans nos écoles.

Il devenait impérieux pour ces dernières de connaître exactement l'origine du problème de la malnutrition (caractère étiologique), où il se situe (dans quelle strate de la population) et dans quelle proportion (sa prévalence)?

Les seuls résultats d'enquêtes, qui nous sont accessibles actuellement proviennent de sondages plutôt limités (1), d'articles de journaux ou encore de statistiques obtenues à partir de rapports portant sur des agglomérations urbaines, laissant en projet l'étude

des communautés rurales et semi-urbaines (2-3-4). De plus, ces résultats sont trop fragmentaires et trop particuliers pour que nous puissions les utiliser sciemment.

Plus spécifiquement, notre recherche a pour fondement historique un document intitulé "Bilan des activités 1973-74 des services de santé scolaire de la Régionale Pascal Taché".

De l'avis des auteurs de ce rapport "...*les premiers soins accaparent une grande partie du travail des infirmières*...". Dans leur analyse ils en arrivent même à déceler quelques facteurs explicatifs de cette forte demande en premiers soins. Selon eux, l'alimentation représente l'une de ces causes principales, et nous citons: "... *la consultation de ces maladies nous permet de croire que l'origine de ces problèmes relève surtout d'une hygiène générale déficiente; dont une mauvaise alimentation (absence de repas, alimentation trop rapide, inadéquate...*". Un sondage fait à cette époque démontrait que 4.2% des étudiants ne déjeunaient jamais et que 15.4% le faisaient rarement.

C'est donc à partir de ce constat général que nous en sommes venus à poser en termes d'objectifs les premiers jalons de notre étude, à savoir:

1- Identifier les facteurs de risques - socio-culturels - inhérents à l'éclosion du phénomène de malnutrition chez les étudiants.

des communautés rurales et semi-urbaines (2-3-4). De plus, ces résultats sont trop fragmentaires et trop particuliers pour que nous puissions les utiliser sciemment.

Plus spécifiquement, notre recherche a pour fondement historique un document intitulé "Bilan des activités 1973-74 des services de santé scolaire de la Régionale Pascal Taché".

De l'avis des auteurs de ce rapport "...*les premiers soins accaparent une grande partie du travail des infirmières...*". Dans leur analyse ils en arrivent même à déceler quelques facteurs explicatifs de cette forte demande en premiers soins. Selon eux, l'alimentation représente l'une de ces causes principales, et nous citons: "... *la consultation de ces maladies nous permet de croire que l'origine de ces problèmes relève surtout d'une hygiène générale déficiente; dont une mauvaise alimentation (absence de repas, alimentation trop rapide, inadéquate...*". Un sondage fait à cette époque démontrait que 4.2% des étudiants ne déjeunaient jamais et que 15.4% le faisaient rarement.

C'est donc à partir de ce constat général que nous en sommes venus à poser en termes d'objectifs les premiers jalons de notre étude, à savoir:

1- Identifier les facteurs de risques - socio-culturels - inhérents à l'éclosion du phénomène de malnutrition chez les étudiants.

2- Mesurer certaines attitudes et évaluer le niveau de connaissance de l'étudiant en rapport avec l'alimentation et la santé en général.

3- Mettre les attitudes et les connaissances de même que certaines coutumes alimentaires en relation avec les principales variables démographiques.

A la suite de ces objectifs de description et de mesure, nous ne dissimulons pas notre intérêt pour l'étiologie socio-culturelle du phénomène de malnutrition dans la communauté estudiantine et, par extension, dans la société en général.

A cause du caractère même de notre étude, ce rapport renferme évidemment beaucoup de tableaux statistiques. Vous trouverez dans les pages qui suivent plus de précisions concernant la méthodologie et les résultats d'analyse.

CHAPITRE 2

ORIENTATION METHODOLOGIQUE ET TECHNIQUE D'ANALYSE

CHAPITRE 2

ORIENTATION METHODOLOGIQUE ET TECHNIQUE D'ANALYSE

La méthodologie employée obéit à deux considérations importantes. Premièrement, il s'agit d'une recherche de type exploratoire préoccupée par la description des données quantitatives recueillies, mais aussi intéressée par la façon de poser le problème de la malnutrition et d'établir des hypothèses heuristiques de travail. Deuxièmement, peu de travaux ayant été complétés sur le sujet, il devenait hasardeux de réaliser une recherche exhaustive à l'échelle de toutes les écoles de la régionale Pascal-Taché sans s'assurer que nous possédions tous les éléments du phénomène étudié.

Voici donc les différentes étapes techniques - constituant notre stratégie d'enquête - que nous avons poursuivies pour en arriver à la rédaction de ce rapport final.

2.1 L'ECHANTILLONNAGE:

2.1.1. Univers d'enquête:

En raison des ressources alors à notre disposition, du temps dont nous disposions ainsi que du manque d'uniformité du système scolaire (*), notre univers d'enquête se limite aux seuls étudiants des trois premières années académiques (sec. I-II-III) de quatre écoles secondaires de la Commission Régionale Pascal-Taché.

(*) Le manque d'uniformité du réseau scolaire régionale rendait quasi impossible la réalisation d'un échantillonnage systématique à partir de critères standards. Par surcroit, le coût onéreux d'une telle procédure méthodologique nous obliges à considérer une autre formule d'échantillonnage, pouvant tenir compte des caractéristiques de nos sous-populations. Nous avons opté pour la technique d'échantillonnage raisonnée, complétée par une technique de sélection aléatoire au niveau de chaque strate formant l'échantillon proprement dit.

LE TABLEAU SUIVANT RESUME LES CARACTERISTIQUES DE CHACUN DES ECHANTILLONS:

Tableau I Tableau des échantillons selon l'école

ECOLE	CLASSE	POPULATION TOTALE	ECHANTILLON THEORIQUE	REPONDANTS
Polyvalente Casault de Montmagny	21/45	1272	531	516
sec.V*	5/22	416	113	109
Polyvalente de St-Pamphile	12/26	787	337	315
L'Islet (Bon-Pasteur)	11/21	663	337	318
Polyvalente de St-Paul	7/16	417	171	166

* Cette strate de la population ne fait pas partie de l'étude proprement dite. Toutefois, elle fera l'objet d'une analyse comparative détaillée dans une étape ultérieure à ce rapport.

2.1.2 Procédure générale de sélection

Dans chaque école constituant notre population statistique, nous n'avons pas échantillonné directement les étudiants au hasard, mais avons plutôt pris un échantillon de classes. Cette sélection aléatoire s'est opérée de façon à ne pas privilégier de catégories d'étudiants. Pour cette raison, nous avons réalisé notre échantillonnage avec le groupe-matière catéchèse. Cette matière a l'avantage de ne faire aucune discrimination psycho-pédagogique de l'étudiant, ce qui n'est pas le cas avec les matières de science, de langue ou encore d'humanité.

Comme seulement une minorité de ces étudiants étaient susceptibles d'avoir des habitudes pathogènes d'alimentation, la dimension de notre échantillon devait être suffisamment élevée pour permettre l'étude de cette minorité et son analyse en vertu des diverses variables observées.

Afin d'optimiser la représentativité de notre échantillon, nous avons évincé deux groupes d'étudiants de l'analyse. En raison de leurs particularités respectives et des sources de biais qu'ils représentaient, les résidents des écoles et les étudiants

des classes d'orthopédagogie furent écartés de l'échantillon fondamental.

Voici de quelle façon les unités échantillonnées furent choisies à partir des principes de base établis antérieurement:

1- D'abord, nous avons fixé arbitrairement comme seuil minima d'échantillonnage une proportion n/N de 1/3. Ce qui empiriquement veut dire que pour chaque sous-population de notre population totale, au moins un étudiant sur trois devait être sélectionné pour faire parti de l'échantillon.

2- Par la suite nous avons effectué le recensement exhaustif des classes de catéchèse des quatre écoles selon le niveau académique (sec. I-II-III).

3- De cette liste, nous avons tiré au hasard — à l'aide de la table des nombres aléatoires — les classes devant constituer notre échantillon.

Il nous paraît logique de dire que chaque strate de notre population-mère en l'occurence chaque groupe-matière avait une chance relativement égale de faire partie de l'échantillon.

Mentionnons que le nombre d'étudiants choisis n'est pas nécessairement le même d'une institution à l'autre, et celà, à cause du respect de certaines caractéristiques particulières aux différentes institutions (nombre inégal de professeurs et de groupes-matières, clientèle semi-urbaine et rurale, disponibilité des ressources existantes, etc...).

Nonobstant cette inadéquation statistique, l'importance numérique de l'échantillon et la formule de l'échantillonnage raisonnée, nous permettent de considérer notre échantillon comme relativement représentatif de la population étudiée.

2.1.3 Etape de la pré-enquête

Dans le but d'expérimenter notre grille d'analyse nous avons voulu, dans une étape préliminaire de l'enquête, sonder la réalité par une série d'entrevues (50) auprès d'individus typiques de notre population. Cette démarche exploratoire, en plus de nous servir de pré-test à la construction définitive de notre questionnaire, nous a permis de couvrir certains aspects du problème auxquels nous n'avions pas pensé. Cette étape nous a fourni de plus un certain nombre d'indicateurs utiles dans la définition opératoire de nos classes théoriques.

Cette phase de l'étude a eu lieu pendant les deux semaines précédant l'enquête proprement dite.

2.2 COMPILATION ET ANALYSE DES RESULTATS

L'instrument de mesure, que nous avons construit, s'inspire en partie du modèle d'Enquête alimentaire en milieu scolaire (5) du Ministère des Affaires Sociales et correspond aux objectifs de description statistique de notre étude. Le questionnaire pré-codifié comprend quarante-cinq questions réparties en 182 items et se divise en deux chapitres principaux. Le premier identifie le répondant et le situe dans son milieu familial, scolaire et social, tandis que le second examine les habitudes alimentaires de l'étudiant, c'est-à-dire fournit des informations sur la fréquence des repas, les allocations alimentaires , le niveau de sédentarité.

Toutes les données ainsi recueillies ont été traitées par ordinateur au terminal du service d'informatique de la Régionale Pascal Taché.

Signalons, que nous avons effectué tous nos tests de relations à l'aide du khi-deux (X^2). Communément, les valeurs calculées pour les khi-deux sont inférieures à $X^2.001$. Advenant une liaison plus faible que le taux fixé, ou encore qui n'est pas significative, nous le mentionnons.

L'analyse dont il est question dans ce rapport demeure relativement superficielle étant donné le caractère même de l'étude qui se veut exploratoire. L'utilisation parcimonieuse que nous avons fait du test statistique ne cherche qu'à révéler l'existence hypothétique de relations entre les caractéristiques. Loin de nous l'idée d'établir une taxinomie des causes ou encore la construction de modèles causals. Modestement, nous visons à présenter les multiples composantes de notre étude et quelques conclusions qui s'en dégagent.

CHAPITRE 3

SYNTHESE DESCRIPTIVE DES ECHANTILLONS

DIMENSION SOCIO-DEMOGRAPHIQUE

CHAPITRE 3

SYNTHESE DESCRIPTIVE DES ECHANTILLONS

DIMENSION SOCIO-DEMOGRAPHIQUE

Avant d'entamer l'analyse des modèles de consommation alimentaire des étudiants, il nous semble opportun de "personnaliser" chacun de nos échantillons en dévoilant leurs différentes caractéristiques socio-culturelles.

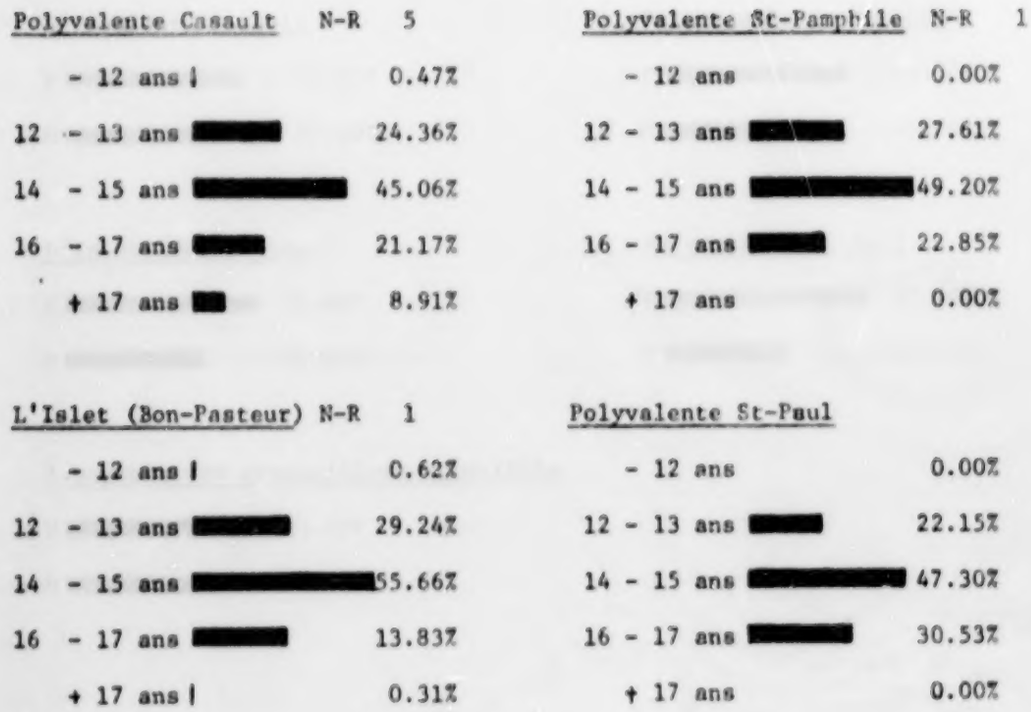
Pour bien comprendre l'étiologie socio-culturelle de la malnutrition ou de déséquilibre alimentaire de l'étudiant, il faut se placer dans cette perspective d'une vision globale de l'homme comme étant un "système psychosomatique, élément actif d'un système socio-culturel". Il est le produit d'un réseau complexe d'interrelations entre des variables physiologiques, psychologiques et socio-culturelles.

C'est à ces derniers éléments structurels que nous nous attarderons principalement. L'âge, le sexe, l'occupation, les modalités de travail, la taille de la famille constituent du moins en partie

l'univers des différents déterminismes sociaux où habite l'individu. Car si l'on désire connaître l'importance de la mauvaise alimentation chez les étudiants, il ne s'agit pas simplement de comptabiliser le nombre d'étudiants ayant un déséquilibre alimentaire manifeste. Mais il faut de plus découvrir toutes les caractéristiques socio-culturelles, psychologiques, physiologiques, etc. qui identifient et qui différencient ces cas pathologiques.

Afin de rendre le plus intelligible que possible cette partie du rapport, nous avons utilisé la technique du graphisme dont les caractères de concision et de précision conviennent parfaitement pour une étude à caractère descriptif comme la nôtre.

FIGURE 1 AGE # 1



N.B. 100%: 5 cm.

FIGURE 2 SEXE # 2

Polyvalente Casault

F [redacted] 52.90%

M [redacted] 47.10%

Polyvalente St-Pamphile

F [redacted] 55.30%

M [redacted] 44.70%

L'Islet (Bon-Pasteur)

F [redacted] 58.80%

M [redacted] 41.20%

Polyvalente St-Paul

F [redacted] 62.30%

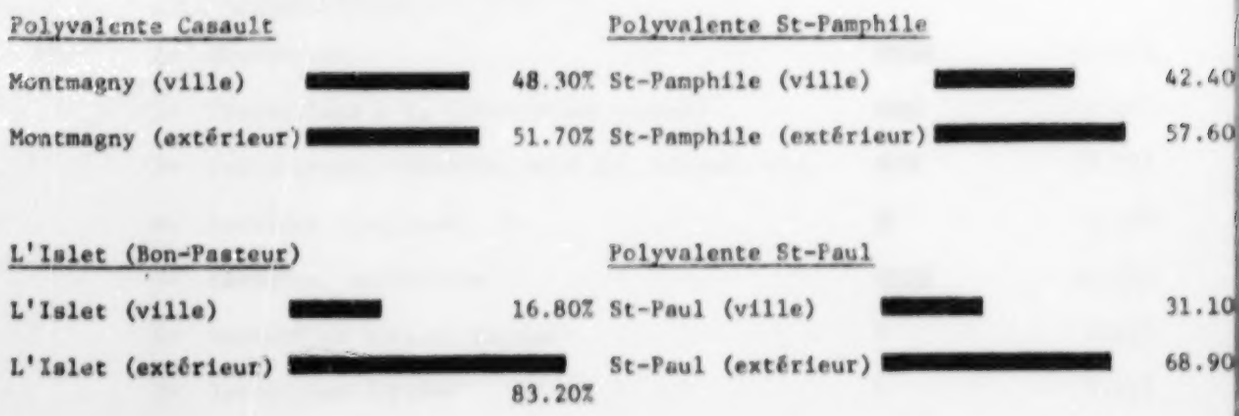
M [redacted] 37.70%

$\bar{X}$ moyenne des échantillons stratifiés

F [redacted] 55.80%

M [redacted] 44.20%

FIGURE 3 Lieu de résidence de l'étudiant # 15



$\bar{X}$ moyenne des échantillons stratifiés

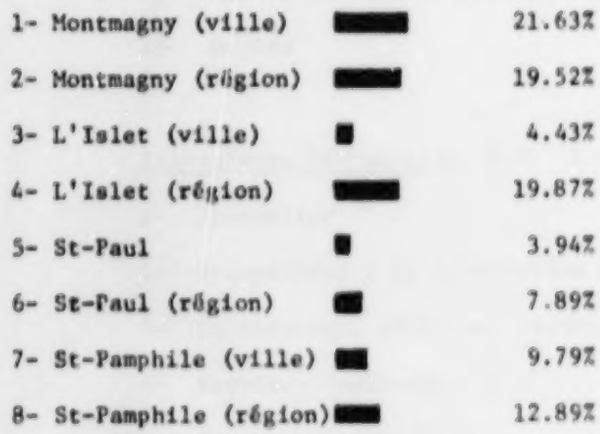


FIGURE 4 Occupation du père (ou tuteur) # 17

Polyvalente Casault N-R 9

1-	Journalier	17.25%
2-	Travailleur à la fabrication (usine)	14.03%
3-	Cultivateur, bûcheron, pêcheur, mineur, etc.	13.22%
4-	Services (policier...)	4.19%
5-	Commerce, entreprise	16.61%
6-	Employé de bureau, banque	2.25%
7-	Technicien diplômé	1.12%
8-	Professionnel	1.77%
9-	Autres (assistés, pensionnés, etc.)	27.90%
10-	Décédé	1.61%

Polyvalente St-Pamphile N-R 1

1-	Journalier	26.05%
2-	Travailleur à la fabrication (usine)	11.40%
3-	Cultivateur, bûcheron, pêcheur, mineur, etc.	17.91%
4-	Services (policier...)	2.28%
5-	Commerce, entreprise	11.72%
6-	Employé de bureau, banque	2.28%
7-	Technicien diplômé	1.30%
8-	Professionnel	1.62%
9-	Autres (assistés, pensionnés, etc.)	23.45%
10-	Décédé	1.95%

FIGURE 4 Occupation du père (ou tuteur) suite # 17

L'Islet (Bon-Pasteur) N-R 0

1-	Journalier	16.03%
2-	Travailleur à la fabrication (usine)	13.20%
3-	Cultivateur, bûcheron, pêcheur, mineur, etc.	21.69%
4-	Services (policier...)	1.86%
5-	Commerce, entreprise	14.77%
6-	Employé de bureau, banque	.94%
7-	Technicien diplômé	1.57%
8-	Professionnel	.62%
9-	Autres (assistés, pensionnés, etc.)	27.98%
10-	Décédé	1.52%

Polyvalente St-Paul N-R 1

1-	Journalier	31.13%
2-	Travailleur à la fabrication (usine)	4.19%
3-	Cultivateur, bûcheron, pêcheur, mineur, etc.	18.56%
4-	Services (policier...)	2.39%
5-	Commerce, entreprise	10.77%
6-	Employé de bureau, banque	3.59%
7-	Technicien diplômé	1.79%
8-	Professionnel	2.99%
9-	Autres (assistés, pensionnés, etc.)	23.95%
10-	Décédé	.59%

FIGURE 4 Occupation du père (ou tuteur) # 17

$\bar{X}$ moyenne des échantillons stratifiés

1-	Journalier	20.53%
2-	Travailleur à la fabrication (usine)	12.10%
3-	Cultivateur, bûcheron, pêcheur, mineur, etc.	16.78%
4-	Services (policier...)	3.04%
5-	Commerce, entreprise	14.44%
6-	Employé de bureau, banque	2.12%
7-	Technicien diplômé	1.34%
8-	Professionnel	1.62%
9-	Autres (assistés, pensionnés, etc)	26.48%
10-	Décédé	1.48%

FIGURE 5 OCCUPATION DU PERE (OU TUTEUR) SUITE # 17

L'Islet (Bon-Pasteur) N-R 0

1-	Journalier	16.03%
2-	Travailleur à la fabrication (usine)	13.20%
3-	Cultivateur, bûcheron, pêcheur, mineur, etc.	21.69%
4-	Services (policier...)	1.86%
5-	Commerce, entreprise	14.77%
6-	Employé de bureau, banque	0.94%
7-	Technicien diplômé	1.57%
8-	Professionnel	0.62%
9-	Autres (assistés, pensionnés, etc.)	27.98%
0-	Décédé	1.52%

Polyvalente St-Paul N-R 1

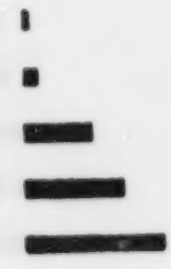
1-	Journalier	31.13%
2-	Travailleur à la fabrication (usine)	4.19%
3-	Cultivateur, bûcheron, pêcheur, mineur, etc.	18.56%
4-	Services (policier...)	2.39%
5-	Commerce, entreprise	10.77%
6-	Employé de bureau, banque	3.59%
7-	Technicien diplômé	1.79%
8-	Professionnel	2.99%
9-	Autres (assistés, pensionnés, etc.)	23.95%
0-	Décécé	0.59%

FIGURE 5 Taille de la famille (incluant les parents) # 21

Polyvalente Casault N-R 4

1- Deux (étudiant et père ou mère) 2.24%
2- Trois 4.80%
3- 4 - 5 32.37%
4- 6 - 7 29.32%
5- plus de 7 31.25%

Polyvalente St-Pamphile



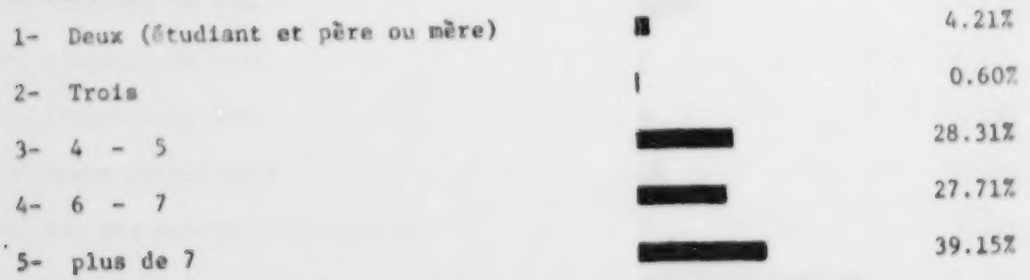
1- Deux (étudiant et père ou mère) 1.58%
2- Trois 4.12%
3- 4 - 5 20.95%
4- 6 - 7 30.47%
5- Plus de 7 42.58%

L'Islet (Bon-Pasteur) N-R 1

1- Deux (étudiant et père ou mère) 1.26%
2- Trois 6.62%
3- 4 - 5 21.45%
4- 6 - 7 36.59%
5- plus de 7 34.06%

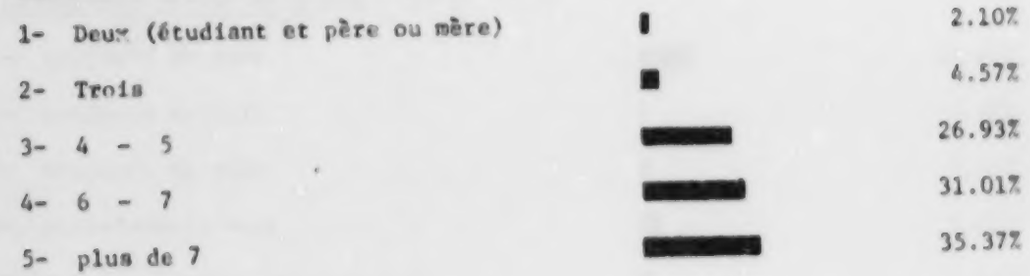
FIGURE 5 Taille de la famille (incluant les parents) # 21 suite

Polyvalente St-Paul N-R 1



1- Deux (étudiant et père ou mère)	4.21%
2- Trois	0.60%
3- 4 - 5	28.31%
4- 6 - 7	27.71%
5- plus de 7	39.15%

$\bar{X}$ moyenne des échantillons stratifiés



1- Deux (étudiant et père ou mère)	2.10%
2- Trois	4.57%
3- 4 - 5	26.93%
4- 6 - 7	31.01%
5- plus de 7	35.37%

FIGURE 6 Modalités de travail de la mère # 20

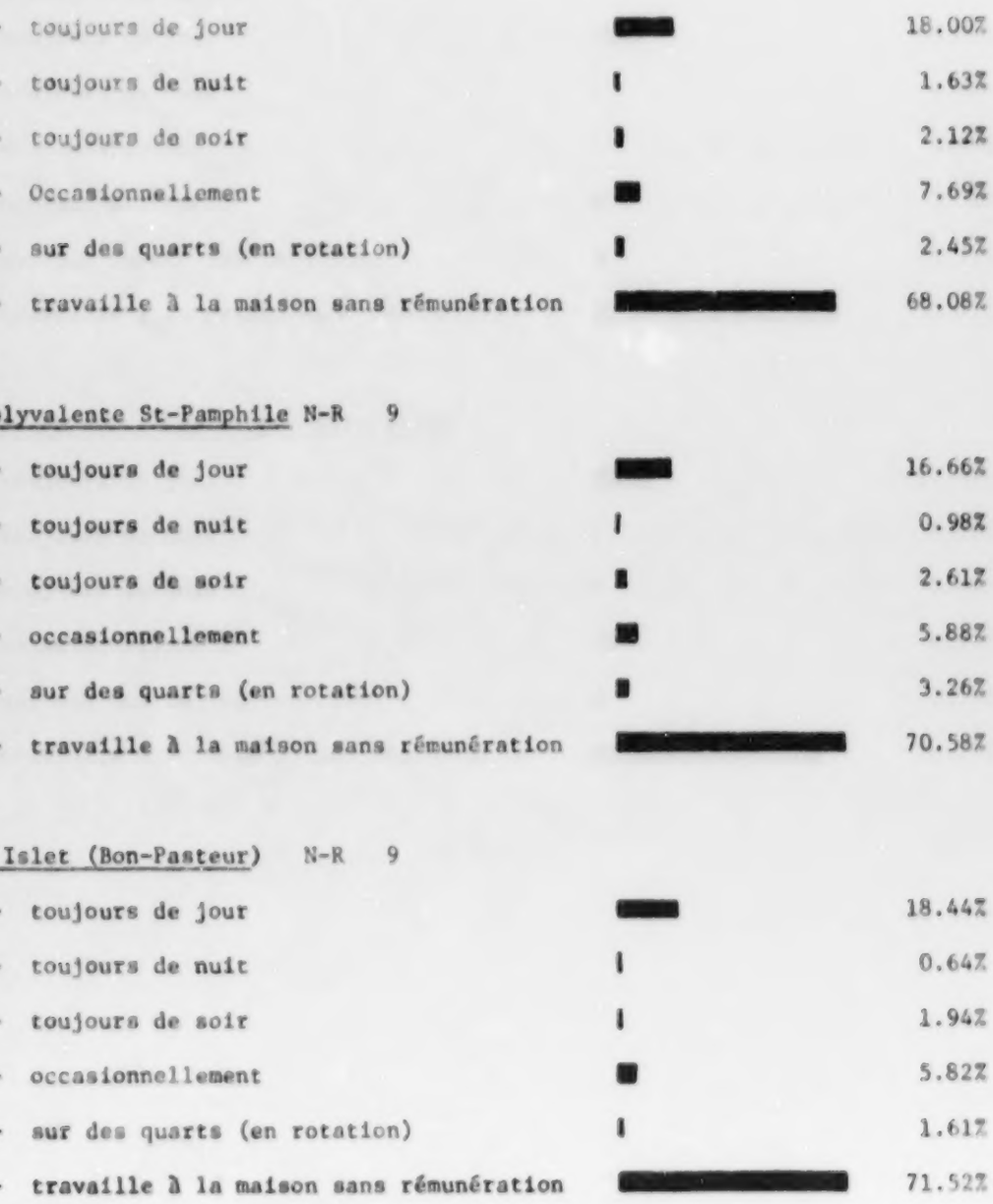


FIGURE 6 Modalités de travail de la mère(suite) # 20

Polyvalente St-Paul N-R 6

1-	toujours de jour	14.28%
2-	toujours de nuit	1.86%
3-	toujours de soir	1.24%
4-	occasionnellement	3.10%
5-	sur des quarts (en rotation)	3.70%
6-	travaille à la maison sans rémunération	75.77%

$\bar{X}$ moyenne des échantillons stratifiés

1-	toujours de jour	17.37%
2-	toujours de nuit	1.29%
3-	toujours de soir	2.09%
4-	occasionnellement	6.34%
5-	sur des quarts (en rotation)	2.59%
6-	travaille à la maison sans rémunération	70.29%

BIBLIOGRAPHIE DE LA PREMIERE PARTIE.

1- McKight, France. Les jeunes et leur conception de la santé et de la nutrition. Notes sur la nutrition au Canada, 27 (no 9): 73, 1971, pages 73 à 81.

2- Enquête alimentaire en milieu scolaire au Québec, (Niveau secondaire). Ministère des Affaires Sociales, mai 1972.

3- Consommation alimentaire d'enfants canadiens-français de Montréal. Données préliminaires. Brault-Dubuc, Micheline. J. Can. Diet. Ass. Vol. 32, no: 2, page 70, Juin 1971.

4- Etat de nutrition d'un groupe d'adolescents de la région de Montréal. Gélinas et Mongeau. J. Can. Diet. Ass., Vol 33, no: 1, page 17, mars 1972.

5- Idem 2.

DEUXIEME PARTIE

ANALYSE DE QUELQUES ELEMENTS DE DEFINITION DU COMPORTEMENT ALIMENTAIRE DE L'ETUDIANT DE NIVEAU SECONDAIRE (I-II-III).

DEUXIEME PARTIE

ANALYSE DE QUELQUES ELEMENTS DE DEFINITION DU COMPORTEMENT ALIMENTAIRE DE L'ETUDIANT DE NIVEAU SECONDAIRE (I-II-III)

ORIENTATION GENERALE:

Pour qu'une action de santé publique désirant promouvoir le développement optimal - physique, intellectuel, affectif, psychomoteur - de l'être humain aboutisse à des résultats efficaces, il est obligatoire de connaître l'ampleur et la structure étiologique du phénomène dont nous voulons endiguer l'évolution.

Notre analyse portera plus spécifiquement sur les habitudes alimentaires et n'accordera qu'une importance relative aux modalités du contenu alimentaire.

Cette vision plutôt syncrétique du phénomène de l'alimentation chez l'étudiant, nous a permis de glisser progressivement vers l'analyse des facteurs causals inhérents à l'éclosion de pathologies alimentaires. *

---

* Les tableaux de corrélations (selon les facteurs d'influence), n'ont pu, étant donné leur grand nombre, être insérés in extenso dans la présente publication, mais sont à la disposition des personnes qui en feront la demande au D.S.C. de Montmagny.

CHAPITRE 4

LE DEJEUNER

CHAPITRE 4

LE DEJEUNER

INTRODUCTION:

Les experts en nutrition font consensus lorsqu'ils parlent de la distribution des trois repas quotidiens Selon eux cette répartition pour être équilibrée et saine au développement de l'organisme humain doit en principe comporter "*une portion d'aliments lipidiques, deux portions d'aliments protidiques et 3 à 4 portions d'aliments glucidiques*" (6). Toutefois, des études scientifiques portant sur les coutumes alimentaires des hommes, tendent à prouver que ceux-ci mettent tous les jours en danger leur santé par l'importance très inégale qu'ils accordent aux trois (3) repas traditionnels et surtout à l'insuffisance du déjeuner. En fait, les habitudes alimentaires font que le repas du matin est quantitativement en-deçà des standards de nutrition (7) bien que de structure qualitative uniforme.

Les étudiants, quelles que soient leurs origines sociales, n'échappent pas à cette réalité. Qui plus est, bon nombre de chercheurs s'accordent à dire que cette catégorie sociale constitue le groupe à risque le plus

FREQUENCE DES DEJEUNERS SELON L'ECOLE

Tableau 4.1

FREQUENCE / ECOLE	MONTMAGNY	ST-PAMPHILE	L'ISLET	ST-PAUL	$\bar{X}$
1- Tous les matins	81.50%	83.00%	76.10%	76.30%	79.22%
2- 3 ou 4 fois/sem*	7.70%	10.50%	9.10%	12.70%	10.00%
3- 1 ou 2 fois/sem*	6.30%	3.20%	8.60%	4.90%	5.75%
4- Jamais	4.50%	3.30%	6.20%	6.10%	5.03%
	**N-R= 6	N-R = 2	——	N-R = 2	

* Le terme semaine correspond à la semaine scolaire de 5 jours.
** N-R: signifie cas de non-réponses.

élevé pour développer une pathologie alimentaire. Il devient tout à fait légitime dès lors de s'attarder aux habitudes alimentaires des étudiants pour en connaître leurs structures quantitatives et qualitatives.

Par souci d'économie de temps nous avons préféré donner un aperçu statistique simple des réponses recueillies, que nous avons visualisées sous la forme de tableaux de fréquence selon les écoles. Pour donner plus de consistance à cette analyse descriptive, nous avons étayé nos tableaux par une série d'observations à la fois systématiques et éclectiques à partir des résultats obtenus.

4.1 FREQUENCE DES DEJEUNERS

Tableau 4.1

L'analyse du tableau 4.1 nous révèle que:

- Environ 80% des étudiants sélectionnés ont l'habitude de prendre un déjeuner et que seulement 5% en moyenne ne le font jamais.

- Grosso-modo, ces chiffres correspondent relativement bien à ceux obtenus par l'étude des infirmières des services de santé scolaire de 1973-74, qui sont arrivées, pour les mêmes catégories, aux résultats respectifs de 80.4% et 4.2%. La situation dans l'ensemble, semble être demeurée stable depuis un an malgré une hausse perceptible des non-déjeuneurs

dans les écoles de L'Islet et de St-Paul. Notons, que nos résultats concordent pour la catégorie "étudiants qui déjeunent" avec l'enquête de 1972 du M.A.S. sur l'alimentation (7) mais différent pour la catégorie "étudiants qui ne déjeunent pas" (15%). Cet écart est sans doute dû au fait que les échantillons ont été tirés de types d'habitats différents.

- Même si seulement 5% des étudiants omettent de déjeuner, le tableau s'assombrit quelque peu lorsque nous découvrons que 15.75% des étudiants rencontrés ont des habitudes alimentaires non-structurées. Ces déjeuneurs occasionnels constituent selon nous un groupe à risque élevé au même titre que ceux qui ne déjeunent pas puisque une réduction prolongée de la ration ou une absence plus ou moins longue du déjeuner peut altérer grandement l'équilibre physiologique de l'individu surtout à ce stade de la croissance.

- Plus spécifiquement, les étudiants fréquentant les écoles de l'Islet et de St-Paul ont d'après les résultats une plus forte propension à omettre le repas du matin. Dans les prochains chapîtres, nous tenterons de donner les raisons qui motivent ces étudiants à négliger le déjeuner.

Ce tableau sur la fréquence des déjeuners serait incomplet sans donner un aperçu général du contenu alimentaire de ce repas. Nous avons utilisé à cet effet une technique très simple qui, malgré quelques lacunes méthodologiques, a donné des résultats relativement probants dans les circonstances.

4.2 DIMENSION QUALITATIVE DU DEJEUNER

4.2.1 QUELQUES NOTES EXPLICATIVES SUR LA CODIFICATION DU CONTENU ALIMENTAIRE.

Dans un premier temps, nous avons demandé aux étudiants qui disaient déjeuner tous les matins, de dresser le profil général du contenu alimentaire de leur déjeuner.

Pour fin d'analyse statistique, nous avons regroupé les aliments en quatre (4) catégories, soit: la catégorie I, les fruits; la catégorie II, les produits céréaliers; la catégorie III, le pain et ses dérivés; la catégorie IV, les aliments protéiques. Le système de pointage a été conçu de façon à ce qu'un étudiant ne figure pas plus d'une fois pour chaque catégorie d'aliments. Comme exemple hypothétique, citons

le cas d'une étudiante dont le déjeuner-type est composé de pain grillé, de muffins, de céréales, d'oeufs et de thé.

1- Les aliments sont d'abord répertoriés à partir de catégories normalisées.

Ainsi pour l'exemple cité: catégorie I : aucun

catégorie II : céréales

catégorie III: pain grillé muffins

catégorie IV : oeufs

breuvage(s) : thé

2- Par la suite le codificateur pointera chacune des catégories où figure au moins un élément du déjeuner-type. Dans notre cas hypothétique, le codificateur aura à pointer trois catégories dans l'échelle de contenu de nutriment sur une possibilité théorique de quatre. L'utilisation de cette matrice de travail, nous permet de connaître à la fois la diversité du contenu du repas ainsi que l'indice nominal d'aliments ingérés.

A ces quatre catégories d'aliments nous avons résolu d'en constituer deux autres. La catégorie V regroupe les déjeuners qui sont composés exclusivement de rôties et d'un breuvage (café ou thé). Une variante est ajoutée à la sixième catégorie; c'est le complément au menu précédent (V) d'un seul élément de la catégorie IV (soit

CONTENU ALIMENTAIRE DES DEJEUNERS POUR LES ETUDIANTS QUI DISENT AVOIR UNE COUTUME QUOTIDIENNE DE DEJEUNER

Tableau 4.2.2

CATEGORIES D'ALIMENTS / ECOLE	MONTMAGNY	ST-PAMPHILE	L'ISLET	ST-PAUL	$\bar{X}$
1- Fruits	15.00%	12.30%	16.80%	19.30%	15.85%
2- Céréale à grain entier ou enrichi	30.60%	25.00%	31.90%	26.40%	28.47%
3- Pain de blé entier ou blanc enrichi et ses dérivés	88.70%	92.70%	93.90%	94.10%	92.35%
4- Aliments protéiques	62.50%	66.80%	68.20%	61.20%	64.67%
5- Déjeuner composé exclusivement de rôties avec thé ou café	7.50%	11.00%	13.40%	7.00%	9.72%
6- Déjeuner composé de rôties et d'un aliment protéique avec thé ou café	28.20%	25.00%	29.20%	27.20%	27.40%

CONTENU ALIMENTAIRE DES DEJEUNERS POUR LES ETUDIANTS QUI DISENT AVOIR UNE COUTUME QUOTIDIENNE DE DEJEUNER

Tableau (suite) 4.2.2

BOISSONS D'ACCOMPAGNEMENT

7- Jus de fruits	38.10%	35.00%	36.90%	31.60%	35.40%
8- Produits laitiers	31.60%	34.00%	37.60%	29.70%	33.22%
9- Thé - café	49.30%	51.30%	59.00%	45.10%	51.17%
10- Boissons gazeuses	0.40%	0.40%	0.60%	0.13%	0.38%

le beurre d'arachide, le fromage, le jambon et les oeufs). Nous considérons ces deux catégories comme faisant parti d'un déjeuner peu substantiel puisque sa composition se définit à partir d'au plus deux des quatre catégories de nutriments recommandés dans les "Standards de nutrition pour le Canada"(8).

4.2.2 CONTENU ALIMENTAIRE DES DEJEUNERS POUR LES ETUDIANTS QUI DISENT AVOIR UNE COUTUME QUOTIDIENNE DE DEJEUNER

Tableau 4.2.2

- Bien qu'en moyenne 79.22% des étudiants déjeunent tous les matins, la moitié d'entre eux ont une structure qualitative nettement insuffisante pour les besoins de leur organisme. Partant de la loi des besoins énergétiques, le déjeuner doit assurer un apport protéique de 20 à 25 gr. et avoir une valeur calorique d'environ 750 calories. Nous sommes convaincus qu'un déjeuner composé uniquement de rôties et de café ne satisfait pas à cette règle d'équilibre alimentaire.

- De plus, nous déplorons l'insuffisance flagrante des fruits (15.85%) et des produits céréaliers (28.47%) dans la composition du déjeuner-type des étudiants.

- En additionnant au 5.03% d'étudiants qui ne déjeunent jamais, les 15.75% qui ont une fréquence de déjeuner non-définie et les 37.12% d'étudiants dont la structure alimentaire du repas matinal est nettement insuffisante, nous arrivons à un total relatif de 58% d'étudiants qui nourrissent une déficience chronique alimentaire. Ces chiffres corroborent ceux cités dans l'étude du M.A.S. à laquelle nous avons déjà référée.

Cette inadaption du comportement alimentaire a pour son hôte des conséquences néfastes qui peuvent - à plus ou moins long terme - altérer grandement son équilibre physique et mental. Manifestement, elle se caractérise par une insuffisance d'apport énergétique et une baisse du rendement en fin de journée.

- Le café constitut la boisson la plus convoitée de nos répondants. En effet, 51.17% des étudiants préfèrent le café comme boisson d'accompagnement au petit déjeuner comparativement à 33.22% pour les boissons lactées et à 35.4% pour les jus de fruits.

  Il est à se demander à titre d'hypothèse si le modèle d'alimentation parental n'aurait pas une

SCHEMA SYNTHESE

Tableau 4.2.3

CATEGORIES REGROUPEES / ECOLE	MONTMAGNY	ST-PAMPHILE	L'ISLET	ST-PAUL	$\bar{X}$
Déjeunent jamais	4.50%	3.30%	6.20%	6.10%	5.03%
Déjeunent occasionnellement (catégorie 2-3 du tableau 4.1)	14.00%	13.60%	17.60%	17.50%	15.75%
Déjeunent peu (catégorie 5-6 du tableau 4.2.2)	35.70%	36.00%	42.60%	34.20%	37.12%
Déjeunent substantiellement	45.80%	47.10%	33.60%	42.20%	42.10%

MOBILES EVOQUES POUR NE PAS DEJEUNER

Tableau 4.3

RAISONS / ECOLE	MONTMAGNY	ST-PAMPHILE	L'ISLET	ST-PAUL	$\bar{x}$
1- Seul(e) pour déjeuner	19.80%	27.20%	6.00%	11.70%	16.18%
2- manque de temps	21.50%	24.38%	24.30%	14.80%	21.25%
3- pas faim au lever	40.70%	33.30%	49.20%	35.30%	39.60%
4- désire contrôler son poids	6.10%	6.23%	-----	5.90%	4.55%
5- mal au coeur dans l'autobus	2.50%	3.00%	3.10%	-----	2.15%
6- Autres raisons	9.40%	6.00%	17.40%	32.30%	16.27%

influence relative sur l'attitude des enfants envers le café.

Advenant l'élaboration et l'implantation d'un programme intégré d'éducation alimentaire dans nos écoles, on devra insister davantage sur la place du lait dans un déjeuner équilibré et de son rôle dans le développement organique à l'âge de l'adolescence.

Le tableau 4.2.3 donne un résumé assez révélateur sur l'inadéquation entre la fréquence des déjeuners et leurs apports nutritifs. Comme nous l'avons dit précédemment il ne suffit pas de déjeuner tous les matins (79.22% des étudiants déjeunent tous les matins) mais encore faut-il bien s'alimenter (la moitié des 79.22% ont une structure qualitative inadéquate).

4.3 MOBILES EVOQUES POUR NE PAS DEJEUNER

Tableau 4.3

- Une série infinie de raisons peuvent être évoquées pour ne pas déjeuner. Habituellement, ces raisons se résument à trois causes principales. Le manque d'appétit au lever (39.6%), le manque de temps (21.25%) et le fait d'être seul(e) (16.18%) pour déjeuner représentent les 3/4 des réponses sur lesquelles s'appuient les etudiants pour ne pas déjeuner.

ENDROIT OU L'ETUDIANT PREND SON DEJEUNER

Tableau 4.4

MILIEU / ECOLE

	MONTMAGNY	ST-PAMPHILE	L'ISLET	ST-PAUL	$\bar{X}$
1- A la maison	93.90%	98.98%	99.25%	96.72%	97.21%
2- Dans l'autobus	3.77%	0.68%	0.75%	1.91%	1.78%
3- A l'école	2.33%	0.34%	-----	1.37%	1.01%
4- Autres endroits	-----	-----	-----	-----	-----

Qu'il suffise de dire pour l'instant que l'absence d'appétit au lever est sans doute due à de mauvaises habitudes alimentaires prises à la maison, principalement. En effet, combien d'étudiants ne déjeunant pas le matin, ont absorbé une quantité substantielle d'aliments avant le coucher? Cette ingestion alimentaire excessive constitue le fait majeur d'un excès calorique lequel supprime tout appétit normal au lever. De plus, combien d'étudiants ont procédé à une certaine dépense d'énergie par un réchauffement physique léger avant leur déjeuner? Le niveau de sédentarité d'un étudiant détermine-t-il dans une certaine mesure les habitudes alimentaires de celui-ci?

Nous tenterons, dans les prochains paragraphes , de mettre en lumière certains jalons de réponses à ces questions.

4.4 LIEU DU DEJEUNER

Tableau 4.4

- Ces chiffres confirment en totalité ceux dévoilés par l'étude du M.A.S. en 1972 au niveau des écoles secondaires de la province. Les auteurs de l'enquête disaient alors que "*presque la totalité des étudiants qui déjeunent le font à la maison*" soit 97.21% des personnes échantillonnées. Il en est de même pour notre échantillon.

CHAPITRE 5

LE DINER

CHAPITRE 5

LE DINER

INTRODUCTION:

Des différents déterminismes qui structurent les habitudes alimentaires des individus, l'importance excessive accordée au dîner dans la répartition des repas en est un d'intérêt. Chez-nous la valeur symbolique du dîner traditionnel tire ses origines des premières sociétés agricoles québécoises. La "richesse" de nos repas en fait foi. Cependant, le québécois moderne, même dans les régions les moins industrialisées, n'a plus les mêmes conditions de vie que son ancêtre. L'être contemporain québécois, comme tous ses cousins des pays industrialisés, est un individu sédentaire. Paradoxalement, les habitudes alimentaires n'ont que très peu évoluées, d'où la prolifération de troubles nutritionnels graves (obésité, artériosclérose, colipathies, maladies ulcéreuses) si communs aux populations des pays industrialisés.

Encore aujourd'hui, le dîner représente pour bien des gens le

FREQUENCE DES DINERS SELON L'ECOLE

Tableau 5.1

FREQUENCE / ECOLE

	MONTMAGNY	ST-PAMPHILE	L'ISLET	ST-PAUL	$\bar{X}$
1- Tous les jours	93.95%	87.60%	91.11%	82.08%	88.68%
2- 3-4 fois/semaine*	3.30%	7.65%	6.02%	8.42%	6.35%
3- 1-2 fois/semaine*	1.53%	3.85%	1.96%	5.31%	3.16%
4- Jamais	1.22%	0.90%	0.91%	4.19%	1.81%
	N-R = 1		N-R = 1		

* Le terme semaine correspond à la semaine scolaire de 5 jours.

meilleur moment au cours d'une journée pour prendre un "bon repas". Etant à jeun ou presque depuis plus de 12 heures, l'individu, pour apaiser un "appétit maladif", demande à l'organisme d'ingérer une grande quantité d'aliments excédant de beaucoup les besoins réels de celui-ci.

Cette inadéquation entre recettes et dépenses métaboliques conduit généralement à une surconsommation préjudiciable à la santé de ce dernier. Cet excès alimentaire se traduit principalement par une tendance à la somnolence dès les premiers instants suivant un repas trop copieux.

Même si notre présentation du "DINER" est de forme plutôt caricaturale, elle le devient moins lorsque nous prenons connaissance des tableaux statistiques suivants.

5.1 FREQUENCE DES DINERS

Tableau 5.1

- Dans l'ensemble les étudiants échantillonnés dînent plus fréquemment (88.68%) qu'ils ne déjeunent (79.22%). Corollairement à cet état de fait, moins d'étudiants (1.81%) omettent de dîner comparativement au déjeuner (5.03%).

- Nous sommes étonnés de constater que près de 20% des étudiants fréquentant la polyvalente de St-Paul ont des

CONTENU ALIMENTAIRE DU DINER

Tableau 5.2

CATEGORIES D'ALIMENTS / ECOLE

	MONTMAGNY	ST-PAMPHILE	L'ISLET	ST-PAUL	$\bar{X}$
1- Soupe ou à jus de légume(s)	9.70%	12.40%	4.70%	5.80%	8.15%
2- Sandwich (avec aliments protéiques)	42.30%	60.00%	54.10%	51.90%	52.07%
3- Légume (à l'exception des pommes de terre	14.90%	10.50%	6.80%	6.10%	9.57%
3a- Pomme de terre	40.30%	36.90%	33.10%	36.00%	36.57%
3b- Frites	8.90%	9.20%	5.10%	7.20%	7.60%
4- Viande	54.40%	52.70%	47.80%	51.20%	51.52%
4a- Hamburger	7.30%	5.10%	5.90%	6.10%	6.10%
4b- Hot-dog (protéino-calorique)	5.90%	3.20%	3.40%	5.40%	4.47%
5- Pâtisserie	73.70%	67.00%	70.30%	68.40%	69.85%
6- Crème glacée et dérivé	9.50%	7.40%	7.20%	6.70%	7.70%
7- Fruits	9.40%	8.10%	6.60%	6.90%	7.75%
BREUVAGES					
8- Lait-lait au chocolat	36.90%	38.00%	40.30%	35.80%	37.75%
9- Thé - café	9.70%	12.30%	14.10%	10.10%	11.55%
10- Boissons gazeuses	56.30%	54.80%	50.30%	59.40%	55.20%

habitudes alimentaires déficientes au niveau de la fréquence. Nous tenterons d'élucider cette "pratique" dans la partie analytique de notre enquête.

- La situation des non-dîneurs n'a guère évoluée depuis l'an dernier. En effet, l'étude de 1973-74 des Services de santé scolaire nous donne un pourcentage de 1.70% de non-dineurs comparativement à 1.81% pour 1974-75. Nous tenons à souligner cependant que cette moyenne de 1.81% de non-direurs est biaisée statistiquement par la forte représentation numérique des élèves de St-Paul en regard des autres écoles inventoriées.

Pour l'analyse des modalités de contenu alimentaire du dîner, nous avons utilisé la même technique opérationnelle qu'au déjeuner tout en raffinant quelque peu nos catégories alimentaires.

5.2 DIMENSION QUALITATIVE DU DINER

Tableau 5.2

- Les étudiants semblent d'après les résultats obtenus, avoir une propension marquée pour les aliments protéino-caloriques; 52.07% consomment habituellement des sandwichs pour le dîner, 4.47% des hot-dogs, 7.70% de la crème glacée et 37.75% du lait (ou ses dérivés).

- Cependant, ce sont les aliments caloriques qui ont le plus de faveur chez nos répondants; 69.85% ont habituellement des pâtisseries dans leur menu et 55.20% accompagnent leurs repas d'une boisson gazeuse.

- La moitié (51.52%) des étudiants ingèrent au dîner des aliments protéiques (viande). Ces chiffres corroborent ceux du M.A.S. dans leur étude de 1972; "52.30% *des dîners comprennent habituellement une viande*".

- Nous déplorons que les boissons gazeuses (55.20%) obtiennent autant de faveur chez les étudiants comme boisson d'accompagnement comparativement au lait qui n'entre que dans 37.75% des dîners.

- Nous notons, au niveau de plusieurs catégories d'aliments, des résultats inférieurs pour la polyvalente de St-Paul: à quel facteur pouvons-nous attribuer cette caractéristique? Serait-ce dû à la situation géographique, au niveau socio-économique, et/ou à la disponibilité des aliments par exemple?

- A la lecture de ce tableau synthétique, on constate que les fruits (7.75%), les légumes (9.57%) et les soupes (8.15%) ne sont guère plus populaires que les frites (7.60%), les hamburgers (6.10%),les hot-dogs (4.47%), le thé et le café (11.55%). Si on compare ces chiffres à ceux de l'an dernier,

CADRE PHYSIQUE DU DINER

Tableau 5.3

MILIEU / ECOLE

	MONTMAGNY	ST-PAMPHILE	L'ISLET	ST-PAUL	$\bar{X}$
1- A la maison	50.27%	31.07%	38.40%	14.70%	33.61%
2- A la cafétéria	16.20%	24.19%	12.52%	18.90%	17.95%
3- Apporte un lunch	26.13%	42.93%	44.60%	56.78%	42.61%
4- Au restaurant	5.70%	0.61%	3.20%	4.85%	3.59%
5- Ailleurs	1.70%	1.20%	1.28%	4.77%	2.24%
	N-R = 5	N-R = 2	N-R = 6	N-R = 3	

on remarque une détérioration manifeste de la qualité nutritionnelle des aliments consommés.

5.3 CADRE PHYSIQUE DU DINER.

Tableau 5.3

- Le pourcentage d'étudiants qui dînent à la maison, 33.61% est inférieur à celui qui apportent leur lunch, soit 42.61%. Fait à remarquer, les étudiants qui demeurent dans la région de Montmagny, sont les seuls qui vont à l'inverse du mouvement général (50.00%). Peut-être existe-t-il une relation entre le type d'habitat et le milieu physique où l'étudiant prend son dîner?

  Même si l'analyse présente ne nous permet pas de déterminer quelle proportion des élèves qui apportent un lunch à l'école (42.61%) utilisent les services de la cafétéria, il est quand même permis de croire qu'une forte proportion de ceux-ci représente des utilisateurs potentiels de ces services alimentaires. L'école joue dans ce cas un rôle vital dans la santé des étudiants et il est donc essentiel qu'elle remplisse son rôle adéquatement en offrant tout au moins à sa clientèle une alimentation équilibrée.

- La proportion d'étudiants qui utilisent régulièrement les

FREQUENCE RELATIVE D'UTILISATION DE LA CAFETERIA

Tableau 5.4

FREQUENCE / ECOLE	MONTMAGNY	ST-PAMPHILE	L'ISLET	ST-PAUL	$\bar{X}$
1- Tous les jours	11.35%	12.75%	8.26%	10.92%	10.82%
2- 3-4 fois/semaine*	4.90%	11.78%	4.49%	9.18%	7.59%
3- 1-2 fois/semaine*	21.43%	25.34%	26.45%	19.92%	23.28%
4- Jamais	62.32%	50.13%	60.80%	59.98%	58.31%
	N-R : 1	----------	N-R : 2	N-R : 1	

* Le terme semaine correspond à la semaine scolaire de 5 jours.

services de la cafétéria n'a presque pas changé depuis l'année dernière. En effet, les chiffres nous démontrent que 18.41% des étudiants ont utilisé les services de la cafétéria - au moins deux (2) fois par semaine - cette année en comparaison de 17.20% pour 1974. Comme le notent les auteurs de l'enquête alimentaire du M.A.S. en 1972 "...ce pourcentage devrait sans doute augmenter" et ils recommandent entre autres comme moyen d'action "que la diététiste responsable de la cafétéria scolaire assurerait le service de repas équilibrés et pourrait même influencer le comportement de l'étudiant vis-à-vis la qualité de son alimentation". (9) Afin d'optimiser la qualité des services alimentaires dispensés dans nos écoles, nous devons nous interroger sur la nécessité d'avoir au sein de chaque maison d'enseignement (où existe une cafétéria) un professionnel licencié de la nutrition.

FREQUENCE RELATIVE D'UTILISATION DE LA CAFETERIA

Tableau 5.4

- Pour l'ensemble des écoles consultées, 41.69% des étudiants utilisent au moins une fois par semaine les services de la cafétéria. Même si 33.61% des étudiants dînent à la maison, la clientèle potentielle pouvant utiliser la cafétéria est assez représentative selon nous pour "offrir un repas équilibré aux étudiants qui désirent se prévaloir de ce service" (11).

- Plus spécifiquement, la moitié des étudiants fréquentant la polyvalente de St-Pamphile utilisent hebdomadairement les services de la cafétéria. De ce nombre, 24.58% le font plus de 3 fois par semaine. Ces chiffres donnent un aperçu relatif de la nécessité et de l'utilité d'offrir à l'étudiant un service alimentaire dans chaque école secondaire d'importance.

CHAPITRE 6

LES COLLATIONS

CHAPITRE 6

LES COLLATIONS

INTRODUCTION:

L'adolencence est une période de croissance et de développement rapide. Très souvent, cette phase de la vie s'accompagne d'instabilité nerveuse et émotive. Les étudiants ne satisfont pas toujours leurs besoins d'aliments et de repos, surtout l'adolescent travaillant à temps plein ou temps partiel ou s'adonnant à des sports ardus.

En plus des repas réguliers, l'adolescent aura souvent besoin d'une collation après la classe et avant le coucher. Un verre de lait, un sandwich ou un fruit constituent un excellent goûter.

A cet âge, les boissons gazeuses et les sucreries concentrées (bonbons, chocolat...) peuvent être nuisibles à la santé lorsqu'ils prennent la place des aliments essentiels à la croissance.

FREQUENCE DES COLLATIONS

Tableau 6.1

FREQUENCE / ECOLE	MONTMAGNY	ST-PAMPHILE	L'ISLET	ST-PAUL	$\bar{X}$
1- Tous les jours	48.72%	34.98%	34.82%	38.90%	39.35%
2- 3-4 fois/semaine*	15.85%	15.31%	16.42%	13.05%	15.16%
3- 1-2 fois/semaine*	20.08%	27.33%	19.90%	24.40%	22.93%
4- Jamais	15.35%	22.38%	28.86%	23.65%	22.56%
	N-R : 3	N-R : 1	N-R : 2	N-R : 1	

* Le terme semaine correspond à la semaine scolaire de 5 jours.

MODALITE DES COLLATIONS

Tableau 6.2

TEMPS / ECOLE	MONTMAGNY	ST-PAMPHILE	L'ISLET	ST-PAUL	$\bar{X}$
1- Seulement l'avant midi	7.33%	7.90%	3.46%	3.81%	5.63%
2- Seulement l'après-midi	35.00%	25.93%	26.60%	34.20%	30.43%
3- L'avant-midi et l'après-midi	11.05%	17.35%	7.85%	12.64%	12.22%
4- Souvent l'avant-midi	2.90%	4.47%	1.29%	1.13%	2.45%
5- Souvent l'après-midi	28.67%	23.85%	34.20%	25.89%	28.15%
6- Jamais	15.05%	20.50%	26.60%	22.33%	21.12
	N-R = 6	N-R = 2	N-R = 3	N-R = 2	

CONTENU ALIMENTAIRE DETAILLE DES COLLATIONS

Tableau 6.3

TYPES D'ALIMENTS / ECOLE

	MONTMAGNY	ST-PAMPHILE	L'ISLET	ST-PAUL	X
1- Fruits et jus de fruits	51.20%	39.70%	43.50%	39.20%	43.40%
2- Sandwich	27.50%	32.90%	46.20%	30.00%	34.15%
3- Pâtisseries	49.60%	41.30%	53.70%	44.00%	47.15%
4- Chocolat	24.20%	20.50%	28.40%	25.60%	24.67%
5- Crème glacée	26.10%	35.70%	14.20%	44.80%	30.20%
6- Croustilles	38.00%	36.00%	35.50%	37.60%	36.77%
7- Yaourt	3.00%	2.40%	3.50%	1.60%	2.62%
8- Légumes (crus)	5.30%	4.10%	5.70%	3.10%	4.55%
9- Fromage	3.90%	3.30%	6.30%	2.00%	3.87%
BREUVAGES					
10- Lait	22.10%	12.70%	24.40%	13.60%	18.20%
11- Thé et café	0.90%	0.82%	1.30%	0.80%	0.95%
12- Liqueurs	38.50%	36.10%	37.20%	40.20%	38.00%

6.1 FREQUENCE DES COLLATIONS

Tableau 6.1

- Une proportion importante (39.35%) des étudiants prennent régulièrement une collation.

- Les pourcentages de fréquence de la collation, comme dans l'enquête effectuée par le M.A.S. en 1972, nous démontrent l'importance que nous devrions attacher à la collation de l'étudiant (11), quant à la disponibilité des aliments, quant au cadre physique et quant au temps alloué.

6.2 MODALITES DES COLLATION

Tableau 6.2

- Nous notons que les étudiants, qui prennent une collation, le font surtout l'après-midi: 30.43% seulement l'après-midi et 28.15% souvent l'après-midi.

6.3 CONTENU ALIMENTAIRE DETAILLE DES COLLATIONS

Tableau 6.3

- La collation calorique semble celle qui soit la plus populaire auprès des étudiants: pâtisseries 47.15%, chocolat 24.67%, croustilles 36.77%. D'autre part,

les collations de bonne valeur nutritive n'ont pas la place qu'on devrait leur accorder: légumes (crus) 4.55%, fromage 3.87%, yaourt (yogourt) 2.62%... Nous pouvons conclure qu'il faudra non seulement insister sur la collation, mais sur sa qualité.

- Nous déplorons, de plus, que 38% des étudiants préfèrent les boissons gazeuses comparativement à 18.2% pour le lait dans leurs collations.

CHAPITRE 7

SYNTHESE

CHAPITRE 7

SYNTHESE

AU DELA DES DONNES DESCRIPTIVES: LES FACTEURS D'INFLUENCE DES MODELES DE CONSOMMATION ALIMENTAIRE.

INTRODUCTION:

Dans les chapîtres précédents, nous avons défini quelques modèles d'alimentation de l'étudiant, mais nous ne nous sommes pas encore arrêter à discerner des modèles structurateurs de l'alimentation. Suivant une démarche explicative nous avons résolu d'examiner différents systèmes de relations hypothétiques entre les conditions objectives et subjectives du répondant et les "patterns normalisés" de l'alimentation. L'examen des diverses tableaux de contingence, n'a pas manqué par surcroît de soulever d'autres hypothèses relatives à l'influx de la dynamique étiologique que peuvent exercer certaines coutumes alimentaires.

Conséquemment, nous avons entrepris d'examiner un certain nombre

de variables pouvant influer de façon relative la configuration structurelle des habitudes alimentaires. Des divers facteurs de variations observés, nous n'avons retenu ceux ayant un indice de corrélation supérieur - ou égal - à 0.005* dans le test d'hypothèse ($X^2 0.005$).

---

* Dans les tables de X^2, un indice p 0.005, exprime une mesure hautement significative de la relation entre deux variables.
v.g.: Applied General Statistics: Craxton - Cowden
Prentice - Hall, New York, 1956, 2e éd., page 753.

7.1 PERTINENCE DE QUELQUES FACTEURS D'INFLUENCE

Parmi les différents facteurs que nous avons mis en relation avec les structures qualitatives et quantitatives des divers repas, les facteurs** qui définissent le mieux, la fréquence et le contenu sont les suivants:

1- Le sexe du répondant
2- Le niveau de sédentarité
3- Le lieu de résidence
4- L'intérêt que l'étudiant porte à l'alimentation

Il est évident que tous ces "agents structurateurs" opèrent concurremment pour se traduire par un effet global sur la consommation alimentaire. Ce truisme doit toujours demeurer présent

dans l'esprit du lecteur au moment de lire ce rapport d'enquête.

** Ces facteurs ne sont pas exclusifs. Il existe une quantité infinie de facteurs de variation des "patterns" d'alimentation. Les facteurs qui font l'objet de notre analyse se singularisent par un indice élevé de corrélation avec les variables sus-mentionnés. Nous gagnons ainsi en certitude ce que nous perdons en possibilité d'estimation pour l'ensemble de la société estudiantine.

1- En ce qui a trait au sexe, l'indice de khi-deux nous révèle une liaison très grande entre la fréquence des déjeuners et le fait d'être de sexe féminin ou masculin (X^2 , p 0.005).

Les résultats démontrent que les étudiantes interviewées ont des habitudes alimentaires moins structurées que les garçons.

2- Quant au niveau de sédentarité, ce facteur ne détermine pas à priori une fréquence plus élevée des déjeuners. Ce n'est qu'en comparaison entre les extrémités du vecteur de sédentarité que ce facteur agit à la fois sur la structure quantitative et qualitative du déjeuner.

Si nous comparons les étudiants fortement sédentaires à ceux déclarés très actifs, nous constatons que les agents "dynamiques" ont des habitudes alimentaires mieux structurées tant quantitativement que qualitativement que les étudiants singularisés par un haut niveau de sédentarité.

3- Le lieu de résidence représente un facteur de structuration relativement important des habitudes alimentaires. De façon générale, nous avons remarqué que les étudiants résidant à l'extérieur de la municipalité où est située l'école déjeunent plus régulièrement que ceux domiciliés près de la maison d'enseignement (X^2, p 0.005).

Le lieu de résidence semble avoir une influence relative sur la fréquence des dîners. De façon générale le X^2 ne suppose aucune corrélation significative. Vu dans une optique plus locale, le lieu de résidence de l'étudiant semble déterminer de façon plus manifeste la fréquence des dîners. C'est ainsi que pour les étudiants de Montmagny et de St-Pamphile, on a constaté un niveau de fréquence moins "définie" chez les étudiants "externes" que chez les autres. De plus, dans ces mêmes institutions, les étudiants de la périphérie dînent moins régulièrement que ceux de la municipalité où est située

l'école.

4- Cette liaison établie précédemment entre le lieu de résidence et la fréquence des déjeuners, devient encore plus manifeste lorsque nous mettons en jeu une troisième variable soit, l'heure du lever. Il ressort de l'analyse des tableaux de distribution que: plus on se lève tôt, plus on déjeune régulièrement. Le tableau synthétique suivant visualise avantageusement cette affirmation:

Heure du lever/Fréquence du déjeuner

	toujours	3-4 fois/sem.	1-2 fois/sem.	jamais	
avant 7 hres	83.99%	8.59%	3.92%	3.50%	100%
après 7 hres	72.16%	10.92%	9.85%	7.07%	100%

5- Condition subjective du comportement alimentaire de l'étudiant, le niveau d'intérêt pour l'alimentation équilibrée, est le facteur qui influence le plus nettement sur la consommation (X^2, p 0.001).

Nous avons remarqué que les étudiants ayant un intérêt marqué pour l'alimentation ont une forte propension à

avoir une meilleure structure quantitative que les autres. Lorsque mis en relation avec la variable "modalités qualitatives du déjeuner" ce facteur exerce une influence moins apparente, tout en étant appréciable (X^2, p 0.005).

A l'instar des différentes constatations que nous venons d'évoquer, nous ne pouvons garder sous silence, l'intérêt impondérable que revêt le dénominateur connaissance dans la relation préventive. L'intervention préventive pourrait se faire selon nous, dans une approche d'éducation et d'information, médiums privilégiés de toute action de prévention.

Plusieurs autres facteurs - dont nous ne ferons pas l'analyse dans ce rapport - nous sont apparus reliés aux coutumes alimentaires de l'étudiant de niveau secondaire. Qu'il suffise de mentionner les relations contrôlées statistiquement (X^2, p 0.05) entre:

- Le degré de satisfaction des services de la cafétéria et l'argent disponible;
- La fréquence d'utilisation des services de la cafétéria et le niveau de satisfaction;
- la fréquence d'utilisation des services de la cafétéria et l'argent disponible;

- attitude de l'étudiant envers les sujets de santé en association avec l'âge, le sexe;
- le niveau d'intérêt pour l'alimentation et le sexe;
- les visites au service de santé en relation avec l'âge, le sexe, le niveau de sédentarité, et le lieu de résidence;
- l'évaluation personnelle de son état de santé selon l'âge, le sexe, la fréquence des visites au service de santé et le niveau de sédentarité;
- la fréquence des déjeuners en rapport avec la chaîne alimentaire quotidienne.

7.2 RETROSPECTIVE DES RESULTATS ET CONSTATATIONS GENERALES

C'est en pensant notamment à ceux qui ne pourrait lire au complet ce rapport que nous vous présentons les traits majeurs de nos différentes observations concernant les coutumes alimentaires des étudiants de niveau secondaire de la Régionale Pascal-Taché.

7.2.1 DANS L'ENSEMBLE

- En moyenne 5.03% des étudiants ne déjeunent jamais
- 37.12% des déjeuners sont constitués de tartines de pain avec un aliment protéique.

- le café (ou le thé) est la boisson d'accompagnement d'un déjeuner sur deux ($\frac{1}{2}$).
- 39.6% des étudiants disent ne pas déjeuner parce qu'ils n'ont pas faim et 21.25% parce qu'ils n'ont pas le temps.
- Les étudiants prennent habituellement leur déjeuner à la maison, dans 97.21% des cas interrogés.
- Dans l'ensemble, les étudiants dînent plus régulièrement (88.68%) qu'ils ne déjeunent (79.22%). D'ailleurs la structure quantitative du dîner - en terme de fréquence - est mieux définie que celle du déjeuner.
- La viande est présente dans 51.52% des dîners et les pâtisseries sont habituellement plus fréquemment consommées.
- Les boissons gazeuses entrent dans la composition de 55.2% des dîners.
- Environ 60% des étudiants n'utilisent jamais les services de la cafétéria.

- Les collations caloriques sont les plus fréquentes: sandwich 34.15%, pâtisseries 47.15%, croustilles 36.77%. Le lait est assez rarement consommé (18.2%) en comparaison des boissons gazeuses (38%).

7.2.2 CERTAINES PARTICULARITES DE COMPORTEMENT CARACTERISENT CERTAINES REGIONS.

- Les étudiants qui fréquentent les écoles de l'Islet et de St-Paul déjeunent moins régulièrement que ceux des polyvalentes de Montmagny et de St-Pamphile. C'est aussi à ces deux endroits que l'on retrouve les plus forts taux de "non-déjeuneurs" soit respectivement 6.2% et 6.1% comparativement à 4.5% et 3.3% pour Montmagny et St-Pamphile.
- 82.08% des étudiants de St-Paul dînent tous les jours comparativement à 91% - en moyenne - pour les trois autres écoles. On retrouve aussi à St-Paul le taux le plus élevé de "non-dîneurs" 4.19%.
- 60% des dîners des étudiants de St-Pamphile sont composés de sandwichs.
- Près de 60% des étudiants de St-Paul apportent un "lunch" au dîner, et forment par le fait même une clientèle potentielle d'importance dans l'utilisation des services de cafétéria.

BIBLIOGRAPHIE DE LA DEUXIEME PARTIE

6- (bis) Standards de nutrition pour le Canada. Bulletin canadien sur la nutrition, Vol. 6, No: 1, 1967.

7- Enquête alimentaire en milieu scolaire au Québec. (Niveau secondaire). Ministère des Affaires Sociales, mai 1972.

8- Op. cit. 6.

9- Op. cit. 7, page 31.

10- Op. cit. 7, page 47.

11- Op. cit. 7, page 34.

RECOMMANDATIONS

RECOMMANDATIONS

ATTENDU QUE:

- nous devons consommer quotidiennement une variété d'aliments qui peuvent nous apporter les substances nécessaires à la croissance, les substances indispensables au maintien de la santé et de la vigueur ainsi qu'à l'efficacité au travail comme au jeu;

- le déjeuner comme le dîner et le souper ont tous leur importance;

- chaque repas doit comporter environ le tiers du total des aliments d'une journée;

- le déjeuner est très important et il doit apporter sa part en aliments essentiels recommandés par le Guide Alimentaire Canadien;

- si on néglige un repas, il est difficile d'inclure ces aliments dans les deux autres repas de la journée;

- la santé et le rendement scolaire des étudiants sont grandement influencés par l'alimentation;

- l'école est un milieu d'éducation et que nous voulons informer et éduquer l'étudiant;

- le niveau de sédentarité représente un facteur d'influence appréciable des coutumes alimentaires des individus;

- un grand nombre d'étudiants ne déjeunent pas ou prennent un déjeuner insuffisant parce qu'ils n'ont pas faim et/ou qu'ils n'ont pas le temps;

- la collation devrait être le complément du déjeuner;

- plusieurs étudiants ne déjeunent pas ou ne dînent pas, même dans les écoles où existent des cafétérias;

- les dîners à la boîte à lunch sont en général incomplets; (cf: Etude du M.A.S. de 1972)

- les étudiants utilisent l'argent alloué pour leur dîner à d'autres fins (cigarettes par exemple...); (cf: Enquête sur l'alimentation du Service Santé scolaire de la C.R.P.T. de 1974).

- les étudiantes ont dans l'ensemble des habitudes alimentaires moins structurées que les garçons au moment du déjeuner;

- les boissons gazeuses entrent dans la composition de 55% des dîners;

- les collations sont fréquentes et le plus souvent à base de pain, de pâtisseries et de croustilles; le lait est assez rarement consommé (18%) en comparaison des boissons gazeuses (38%);

- les étudiants qui fréquentent le plus souvent les services de santé ont habituellement des habitudes alimentaires non structurées et incongrues;

- les étudiants ayant un intérêt manifeste pour l'alimentation ont habituellement une alimentation mieux équilibrée qualitativement et quantitativement - du moins au déjeuner - que les autres. De façon générale, ces étudiants jugent avoir un meilleur état de santé que leurs confrères.

NOUS SUGGERONS:

a) de fournir à l'étudiant les moyens de bien s'alimenter:

- une période de temps libre permettant aux étudiants de compléter leur déjeuner;

- une amélioration dans la qualité et le choix des aliments offerts dans les machines distributrices et casse-croûtes; elles pourraient contenir des aliments nutritifs:
  - fruits: nature ou en conserve
  - produits laitiers: lait, fromage, yogourt, crème glacée, cossetarde
  - oeufs: à la coque
  - arachides et noix
  - jus de fruits
  - sandwiches

- l'élimination des aliments à "calories vides" tels que les boissons gazeuses, les bonbons, les croustilles, le chocolat, les pâtisseries;

- des menus distribués aux parents afin de faciliter la préparation des boîtes à lunch et de prévoir le budget de l'étudiant pour le repas;

- des prix identiques dans les cafétérias de la régionale et une diminution du coût des repas par:
  - contrôle dans l'utilisation des marchandises;
  - diminution du coût des aliments essentiels;
  - augmentation du coût des autres aliments.

- des menus équilibrés et variés préparés par un spécialiste de l'alimentation, tenant compte des besoins alimentaires des adolescents (individus en croissance);

- le contrôle de la qualité des aliments et des services alimentaires par un diététiste agréé;

- une aide pécuniaire aux étudiants venant de milieux défavorisés qui ne dînent pas faute d'argent (Conseil des oeuvres, clubs sociaux, associations...): cas dépistés par les services sociaux et de santé, par les professeurs;

- des locaux adéquats, aérés, éclairés et propres pour l'heure des repas; des heures d'ouverture des services alimentaires appropriés; un service rapide et efficace;

- l'utilisation des ressources disponibles en matière d'organisation des cafétérias scolaires;

- l'arrêt de la vente des cigarettes à l'école pour éviter que les "étudiants fument leur dîner" et pour favoriser de saines habitudes d'hygiène chez l'étudiant.

b) d'informer l'étudiant sur la façon de bien s'alimenter:

- un programme d'information en nutrition structuré et intégré aux matières scolaires, préparé par le service de santé et cela à tous les niveaux (sec. I à sec.V);

- des contacts personnels entre l'étudiant et l'infirmière, entre l'étudiant et le professeur;

- un programme de formation en nutrition pour les infirmières en santé scolaire et pour les professeurs.

c) de sensibiliser les adultes à la nécessité d'une bonne alimentation chez l'adolescent:

- un programme d'information en nutrition pour les parents;

- politiques alimentaires identiques à la grandeur de l'école (étudiants comme le personnel). Il ne sert à rien qu'on élimine certains aliments dans un casse-croûte étudiant si on permet en même temps leurs présences dans un autre casse-croûte de l'école.

d) de former un comité paritaire de travail avec des représentants de la Commission régionale Pascal Taché, des comités de parents, des infirmières des services de santé scolaire et du D.S.C. de l'Hôtel-Dieu de Montmagny. Ce comité aurait pour mandat principal d'élaborer une stratégie d'ensemble afin de permettre l'actualisation la plus immédiate des recommandations formulées dans le présent rapport.

ANNEXES

RESULTATS

ETUDE PORTANT SUR LES HABITUDES ALIMENTAIRES DES ETUDIANTS DE NIVEAU SECONDAIRE DE LA C.R.P.T.

REALISEE PAR LE D.S.C. DE MONTMAGNY

N.B.: REPONDEZ SEULEMENT SUR LA FEUILLE DE REPONSES, S'IL-VOUS-PLAÎT

1- Age du répondant:
- 1- moins de 12 ans 0.35%
- 2- 12 et 13 ans 25.91%
- 3- 14 et 15 ans 48.59%
- 4- 16 et 17 ans 21.00%
- 5- plus de 17 ans 3.99%

2- Sexe:
- 1- Masculin 44.20%
- 2- Féminin 55.80%

3- Niveau:
- 1- Secondaire I 26.74%
- 2- Secondaire II 30.31%
- 3- Secondaire III 35.28%
- *4- Secondaire V 7.67%

4- Les questions ayant trait à l'alimentation vous intéressent-elles?

1- Beaucoup .. 28.70% 2- Modérément .. 64.85%

3- Nullement .. 6.45%

5- T'arrive-t-il parfois de te sentir faible (maux de tête, maux de coeur, indisposition générale, vomissement) à l'école?

1- Souvent .. 5.82% 2- Parfois .. 57.38% 3- Jamais .. 36.80%

---

* Pour l'école polyvalente Louis-Jacques Casault de Montmagny exclusivement.

6- Connaissez-vous le guide alimentaire canadien?

1- Oui .. 35.85% 2- Non .. 64.15%

7- Si tu avais, un choix de sujets à discuter pendant la classe sur la santé, lequel choisirais-tu?

1-	Les fonctions du corps humain	26.98%
2-	L'éducation sexuelle	28.77%
3-	L'obésité	4.20%
4-	La nutrition	32.97%
5-	Aucun sujet sur la santé ne m'intéresse	2.64%
6-	Autres , spécifiez .....(cf: feuille réponse)	4.43%

8- Comment évalues-tu ton état de santé?

1-	Je ne suis jamais malade	6.93%
2-	Je suis rarement malade	83.96%
3-	Je suis souvent indisposé	8.55%
4-	Je suis toujours indisposé et j'attrape toutes les maladies	1.06%

9- Combien de fois as-tu rencontré(e) seul(e) , et de ta propre initiative , l'infirmière du service de santé scolaire depuis le début de l'année académique?

1-	Seulement sur demande de l'infirmière	32.23%
2-	2 à 4 fois	23.39%
3-	5 à 10 fois	2.61%
4-	plus de 10 fois	0.78%
5-	Jamais	40.99%

10- Parmi les formes suivantes d'activités physiques, quelles sont celles que vous pratiquez régulièrement (3 à 5 fois par semaine), occasionnellement (1 à 2 fois par semaine), rarement (1 à 2 fois par mois et moins) ou jamais?

Lecture, échec, T.V., cinéma...	1- Régulièrement ..	51.84%
	2- Occasionnellement	35.55%
	3- Rarement	11.69%
	4- Jamais	0.92%
11- Marche, volley-ball, ping-pong, gymnastique...	1- Régulièrement ..	40.07%
	2- Occasionnellement	37.88%
	3- Rarement	18.94%
	4- Jamais	3.11%
12- Ski de fond, course de fond, ballon panier, hockey, handball, ballon balai...	1- Régulièrement ..	30.72%
	2- Occasionnellement	32.63%
	3- Rarement	25.20%
	4- Jamais	10.45%
13- Baseball, tennis, balle-molle....	1- Régulièrement ..	19.00%
	2- Occasionnellement	27.33%
	3- Rarement	26.13%
	4- Jamais	27.54%
14- Soccer...	1- Régulièrement ..	6.57%
	2- Occasionnellement	13.92%
	3- Rarement	26.78%
	4- Jamais	52.72%

15- Lieu de résidence actuelle?

1-	Montmagny (ville) .. 21.63%	5-	St-Paul 3.94%
2-	Montmagny (région).. 19.52%	6-	St-Paul (région) 7.89%
3-	L'Islet 4.43%	7-	St-Pamphile (ville).. 9.79%
4-	L'Islet (région) ... 19.87%	8-	St-Pamphile (région) 12.89%

16- Avec qui demeures-tu?

1-	Avec mes parents	94.89%
2-	Avec un membre de ma famille (autre que père ou mère)	2.00%
3-	Mes parents ne vivent plus ensemble et je vis avec l'un deux	1.73%
4-	En chambre (garçonnière) avec des amis(es)	0.63%
5-	Je vis en internat	0.75%

17- Quel est l'occupation de ton père (ou tuteur)?

1-	Journalier	20.53%
2-	Travailleur à la fabrication (usine, construction)....	12.10%
3-	Cultivateur, bûcheron, pêcheur, mineur	16.78%
4-	Services (policier...)	3.04%
5-	Commerce, propriétaire d'entreprise, gérant et administrateur	14.44%
6-	Employé de bureau, banque	2.12%
7-	Technicien diplômé	1.34%
8-	Professionnel	1.62%
9-	Autres	26.48%
0-	Décédé	1.48%

18* Revenu brut hebdomadaire approximatif de la famille (père et mère ensemble si les deux travaillent)?

1- en deça de $80.00 ....
2- $80.00 à $129.00 ....
3- $130.00 à $179.00 ....
4- $180.00 à $229.00 ....
5- $230.00 à $279.00 ....
6- $280.00 et plus ....
7- Je ne sais pas ....

* Le trop grand pourcentage (58.26%) de cas de non-réponses, ne permet pas la généralisation statistique des réponses.

19- Ta mère a-t-elle un emploi (hors du foyer)?

1- Oui ..... 29.71% 2- Non 70.29%

20- Si oui, à quel moment de la journée travaille-t-elle?

1- Toujours de jour .. 17.37%
2- Toujours de nuit .. 1.29%
3- Toujours de soir .. 2.09%
4- Occasionnellement .. 6.34%
5- Sur des quarts (en rotation) 2.59%
6- Ne travaille pas ... 70.29%

21- Taille de ta famille (en incluant les parents).

1- Deux (toi et père ou mère) 2.10%
2- Trois (toi, père et mère) 4.57%
3- 4 et 5 ..... 26.93%
4- 6 et 7 ..... 31.01%
5- plus de 7 ..... 35.37%

22- Combien d'argent dépenses-tu chaque semaine pour tes besoins alimentaires?

1- $0.99 ou moins .. 31.10%
2- $1.00 à $3.00 .. 35.64%
3- $3.01 à $5.00 .. 14.91%
4- $5.01 à $7.00 .. 10.92%
5- Plus de $7.00 .. 7.43%

23- Ce montant est-il suffisant selon toi?

1- Oui .... 84.31% 2- Non 15.69%

24- D'où provient cet argent?

1-	Des parents uniquement	46.00%
2-	A la suite d'un travail	29.34%
3-	D'allocation seulement (bourse, prêt...)	2.32%
4-	De 1 et 2 (ensemble)	17.09%
5-	Autres sources	4.69%
6-	Je n'ai pas d'argent	0.56%

25- A quelle distance demeures-tu de l'école?

1-	Moins d'un mille	18.99%
2-	1 à 2 milles	16.51%
3-	3 à 4 milles	5.53%
4-	5 à 6 milles	5.74%
5-	Plus de 6 milles	53.22%

26- A quelle heure te lèves-tu le matin, habituellement?

1-	Avant 6 heures	5.46%
2-	Entre 6 et 7 heures	61.42%
3-	Entre 7 et 8 heures	31.99%
4-	Après 8 heures	1.13%

27- A quelle heure pars-tu de la maison?

1-	Avant 6 heures	0.49%
2-	Après 6 heures mais avant 7 heures	6.79%
3-	Après 7 heures mais avant 8 heures	83.75%
4-	8 heures et plus	8.97%

28- Utilises-tu un transport d'autobus scolaire pour te rendre à l'école?

1- Oui .... 76.47% 2- Non 23.53%

29- Combien de repas prends-tu à l'école durant la journée?

1-	Le déjeuner seulement	0.99%
2-	Le dîner seulement	40.86%
3-	Les collations seulement	7.15%
4-	Dîner et déjeuner	2.69%
5-	Déjeuner, dîner et collations	4.04%
6-	Déjeuner et collations	0.71%
7-	Dîner et collations	10.06%
8-	Aucun	33.50%

30- Quelque soit le lieu où tu prends tes repas manges-tu?

1-	Seul(e)	1.78%
2-	Avec des camarades de classes	44.04%
3-	Avec des amis de ton voisinage familial	14.78%
4-	Avec des membres de ta famille	39.40%

31- Déjeunes-tu le matin?

0-	Non		5.03%
Si oui, à quel endroit?	1-	Chez moi	97.21%
	2-	Dans l'autobus	1.78%
	3-	A l'école	1.01%
	4-	Autres	0.00%

32- Si non à 31, pourquoi ne déjeunes-tu pas?

1-	Tu es seul(e) pour déjeuner	16.18%
2-	Tu n'en as pas le temps	21.25%

3- Tu n'as pas faim au lever 39.60%
4- Tu veux contrôler ton poids 4.55%
5- Tu as mal au coeur dans l'autobus 2.15%
6- Autres raisons, spécifiez lesquelles..... (cf: feuille réponse) 16.27%

33- Fréquence de tes déjeuners:

1- Tous les matins 79.22%
2- 3 ou 4 fois par semaine 10.00%
3- Une fois ou 2 par semaine 5.75%
4- Jamais 5.03%

34- Parmi les aliments et breuvages suivants, lesquels constituent ton déjeuner habituellement? Constitue-le s'il-vous-plaît.

Fruit, jus de fruit, céréale, pain, oeuf, fromage, beurre d'arachide, creton, jambon, lait, thé ou café etc... si autres spécifiez.....

.....
(cf: feuille réponse)
.....

35- Ordinairement à quel endroit dînes-tu?

1- A la maison 33.61%
2- A la cafétéria 17.95%
3- J'apporte mon lunch 42.61%
4- Au restaurant 3.59%
5- Ailleurs, spécifiez.....(cf: feuille réponse).. 2.24%

36- Dînes-tu?

1- Tous les jours 88.68%
2- 3 ou 4 fois par semaine 6.35%

3- Une ou deux fois par semaine 3.16%

4- Jamais 1.81%

37- Utilises-tu les services de la cafétéria?

1- Tous les jours 10.82%

2- 3 ou 4 fois par semaine 7.59%

3- une ou 2 fois par semaine 23.28%

4- Jamais 58.31%

38- Es-tu satisfait des repas qu'on te sert à la cafétéria?

	En général ($\bar{X}$)	Pour les étudiants qui utilisent au moins une fois par semaine les services de la cafétéria.
0- Oui	63.62%	44.40%
Si non, est-ce parce que:		
1- Les prix sont trop élevés ...	10.93%	15.32%
2- Les portions servies sont insuffisantes	6.27%	11.88%
3- Tu n'aimes pas le choix des aliments offerts	19.18%	28.40%

39- De combien d'argent disposes-tu par jour pour prendre un repas complet à l'école?

1- Moins de $0.50 ..... 11.13%

2- $0.50 à $0.99 ..... 10.72%

3- $1.00 à $1.49 ..... 26.75%

4- $1.50 et plus 9.03%

5- Aucun 42.37%

40- Parmi les aliments et breuvages suivants lesquels figurent dans ton dîner régulier? Constitue ton dîner s'il-vous-plaît.

Viande, poisson, fromage, oeufs, légumes, salades, fruits, pain, pomme de terre, frites, lait, café, jus de fruit, liqueur, etc... si autres spécifiez...

.....
(cf: feuille réponse)
.....

41- Prends-tu une collation?

1- Tous les jours 39.35%
2- Trois ou quatre fois par semaine 15.16%
3- Une ou deux fois par semaine 22.93%
4- Jamais 22.56%

42- A quel moment de la journée collationnes-tu?

1- Seulement l'avant-midi 5.63%
2- Seulement l'après-midi 30.43%
3- L'avant-midi et l'après-midi 12.22%
4- Plus souvent le matin 2.45%
5- Plus souvent l'après-midi 28.15%
6- Jamais 21.12%

43- Quels aliments consommes-tu lors de tes collations? Constitue le s'il-vous-plaît.

Sandwichs, fruits ou jus, lait, fromage, crème glacée, yogourt, légumes, liqueurs, chips, chocolat, pâtisseries (gâteaux, biscuits...) si autres spécifiez...

.....
(cf: feuille réponse)
.....

44- Fréquence des soupers?

1-	Tous les jours	96.99%
2-	3 ou 4 fois par semaine	1.68%
3-	Une ou deux fois par semaine	0.35%
4-	Jamais	0.98%

ETUDE PORTANT SUR LES HABITUDES ALIMENTAIRES

DES ETUDIANTS DE NIVEAU SECONDAIRE DE LA C.R.P.T.

REALISEE PAR LE D.S.C. DE MONTMAGNY

FEUILLE DE REPONSES

NO. de l'école: ☐

Recensé: ☐☐☐

N.B.: INSCRIVEZ VOTRE REPONSE PAR UN CHIFFRE DANS LA CASE APPROPRIEE

1- ☐
2- ☐
3- ☐
4- ☐
5- ☐
6- ☐
7- ☐
.....
8- ☐
9- ☐
10- ☐
11- ☐
12- ☐
13- ☐
14- ☐
15- ☐
16- ☐
17- ☐
18- ☐
19- ☐
20- ☐
21- ☐
22- ☐
23- ☐
24- ☐
25- ☐
26- ☐
27- ☐
28- ☐

29- ☐
30- ☐
31- ☐
32- ☐
.....
.....
33- ☐
34- .....
.....
.....
.....
.....
35- ☐
.....
36- ☐
37- ☐
38- ☐
39- ☐
40- .....
.....
.....
.....
.....
41- ☐
42- ☐
43- .....
.....
.....
.....
.....
44- ☐
45- ☐

Ce volume doit être rendu à la dernière
date indiquée ci-dessous.